

100 4 День 27.11.22

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"

Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо		Омлет с сыром	210	15,0	391,26	21,99	31,8	3,45
гор.напиток		Чай с молоком	200	4,44	65,60	2,10	1,92	9,98
хлеб		Хлеб пш.	60	3,60	150,0	4,44	1,36	30,84
фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,04	0,7	0	9,8
закуска		Салат овощной с закл. корочк.	100	6,48	111	2,8	4,1	9,1
1 блюдо		Пассолимент сельди/карасей	250	10,28	121,25	5,03	11,30	32,38
2 блюдо		Паначета тушеная	180	21,25	156,89	7,42	5,81	24,21
гарнир		Помидоры, болгарский перец	100/5	25,0	286,0	14,8	15,4	14,3
сладкое		Сок манураньянний	100	9,14	92,0	1,0	0,2	0,2
хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	27,5	1,8	41,04
хлеб черн.								

зав. ем. Чай Манураньян  
 фруктов Реч Мухоморы

