Школа: МБОУ СОШ №7 с. Новомихайловка Отд./корп.: День: 13.10.2021 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	532	Гуляш с соусом	140	24-82	234,16	21,4	13	8
	гарнир	261	Макароны с маслом	150	8-16	166,4	5,25	6,2	22,4
	закуска	49	Винегрет с маслом	60	4-30	40,8	0,84	2,16	4,32
	гор. напиток	848	Какао с молоком	200	6-96	194,6	4,9	5	32,5
	хлеб	–	Хлеб пшеничный	50	3-10	116,38	4,15	0,42	24
		–	масло сливочн.	10	4-70	74,8	0,1	8,25	0,09
		–	Сыр	15	6-15	55,40	3,5	4,6	0
Завтрак 2	фрукты								
	молоко	–	молоко	200	20-00	59	3,0	3,2	4,7
Обед	закуска	112	морков. свекла с лук.	60	5-60	47,9	1,5	1,9	6,2
	1 блюдо	115	Борщ со смет.	250	18-33	121,50	3,7	5,9	15,5
	2 блюдо	443	Плов с мясом	200	22-12	504,3	21,5	22,7	53,3
	гарнир	–							
	напиток	754	Компот из яблок	200	6-33	92,96	0,14	0	23,1
	хлеб бел.	–							
	хлеб чёрн.	108	Хлеб ржаной	50	3-10	100,95	3,5	0,55	20,5