Школа МКОУ СОШ № 7 с. Новомихайловка Отд./корп День .2021

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выхд ,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	–	Печень тушеная	80/100	16-57	219,5	19,9	13,45	4,6
	гарнир	361	макароны отварн	150	10-99	166,40	5,25	6,2	22,4
	закуска	107	Салат с огурцов	60	4-32	52	0,9	2,4	4,9
	гор. напиток	848	Кофейный напиток	200	5-34	127	0,08	1,4	20,5
	хлеб	–	Хлеб пшеничный	50	3-10	118	4,15	0,6	24
		–	масло сливочн.	10	4-70	74,8	0,1	8,25	0,09
		–	сыр	10	4-10	54	3,5	4	0
Завтрак 2	фрукты								
	молоко	–	йогурт	200	20-00	86	3,27	11,3	3,2
Обед	закуска	–	огурец свежий	60	6-00	6,78	0,36	0,6	1,2
	1 блюдо	226	Суп гороховый с мя.	250	18-34	129,36	6,08	4,56	16
	2 блюдо	462	Тефтели в соусе	80/50	16-18	90,54	5,76	5,1	5,4
	гарнир	343	Каша гречневая	150	8-95	255,80	8,4	10,8	41,25
	напиток	759	Компот из сухофр	200	5-32	115,6	0,6	0	28,9
	хлеб бел.								
	хлеб чёрн.	–	Хлеб ржаной	50	3-10	100,95	3,5	0,55	20,5