

Школа

МКОУ СОШ № 7 с. Новомихайловка

Отд./корп

День 9.11.2021

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	7.2.	Пюре из тушен. в соусе	100	22-54	219,5	19,9	19,45	4,6
	гарнир	616	Каша рисовая с маслом	150	8-79	216,6	3,6	6	37,05
	закуска	108.	Салат из капусты	60	5-21	54,72	0,96	3,6	4,62
	гор. напиток	848.	Корис с лимонами	200	6-33	194,6	4,9	5	32,5
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	50	3-10	116,38	4,15	0,42	24
		-	масло сливочное	10	4-20	74,8	0,1	8,25	0,09
Завтрак 2	фрукты								
	молоко	-	Сметана	200	21-00	84	2,8	3,2	11,0
Обед	2. блюдо	590	Курица отварная	90	21-43	215,46	17,19	16,1	0,45
	1 блюдо	208.	Суп картофель. с гречкой	250	11-60	160,40	6,8	7,2	17,1
	гарнир	343	Каша пшенич. с маслом	150	6-83	247,5	6,6	7,5	38,4
	Закуска	46.	Салат из моркови	60	0-22.	50,16	0,72	1,44	8,58
	напиток	754	Компот из сухофрукт	200	5-96	118	0,6	0	28,9
	хлеб бел.								
	хлеб чёрн.	=	Хлеб ржаной	50	3-10	92,96	3,32	0,32	19,2