Школа МКОУ СОШ № 7 с. Новомихайловка Отд./корп День 17.11.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выхд г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	590	Курин отварные	90.	18-89	215,46	17,19	16,1	0,45
	гарнир	610	Рис с маслом.	150	8-79	216,6	3,6	6	37,05
	закуска	–	Огурец	60	6-00	6,78	0,36	0,06	1,2
	гор. напиток	760	Кисель	200	4-42	104,96	0,14	0	4,32
	хлеб	–	Хлеб ржаничный	50	3-10	96	4,15	0,42	24
		–	масло сливочное	10	4-70	74,8	0,1	8,25	0,09
		–	сыр	10	4-10	54	3,5	4,6	0
Завтрак 2	фрукты								
	молоко	–	снежок	200	21	84	2,8	3,2	11,3
Обед	1блюдо	208.	Суп рыбный с крупой	250	16-77	160,40	6,8	7,2	17,1
	гр.гарнир	343	Каша пшенная.	150	5-25	247,5	6,6	7,5	38,4
	2 блюдо	555	котлета с соусом.	80/50	19-41	231,48	14,31	12,96	14,4
	закуска	49	Салат из моркови.	60	5-15	50,16	0,72	4,14	3,58
	напиток	759	компот из сухофр.	200	5-32	118	0,6	0	28,9
	хлеб бел.								
	хлеб чёрн.	–	Хлеб фитный	50	3-10	100,95	3,5	0,55	20,5