Школа: МКОУ ООШ №7 с. Новомихайловка | Отд./корп. | День: 21.10.2021 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выхд. г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	555	Котлета с соусом	70	22-52	128,6	7,95	7,2	8
	гарнир	343	Каша гречневая с масл.	150	8-25	295,8	8,4	10,8	41+25
	закуска	Т.к.	Салат овощной	60	4-33	57,6	0,7	2	9,2
	гор. напиток	848	Какао с молоком	200	6-94	194,6	4,9	5	32,5
	хлеб	–	Хлеб пшеничный	50	3-10	116,38	4,15	0,42	24
		–	масло сливочное	10	4-70	74,8	0,1	8,25	0,09
		–	Печенье	30	5-40	126,9	1,7	3,7	21,7
Завтрак 2	фрукты								
	молоко	–	Снежок	200	20-00	84	2,8	3,2	11+0
Обед	закуска	112	Свекла маринованная	60	5-20	47,9	1,5	1,9	6,2
	1 блюдо	215	Суп картоф. с мокар.	250	11-66	94,48	2,32	2	16,8
	2 блюдо	590	Куры отварные	90	21-82	215,46	17,19	16,1	0,45
	гарнир	343	Каша пшенная с масл.	150	6-45	265,3	6,15	9,3	39,25
	напиток	759	Компот сухофрук.	200	5-95	118	0,6	0	28,9
	хлеб бел.								
	хлеб чёрн.	–	Хлеб ржаной	50	3-10	100,95	3,5	0,55	20,5