

Школа

МКОУ СОШ № 7 с. Новомихайловка

Отд./корп

День

4.02.2016г.

Прием пищи	раздел.	№ рецепта	Видово	Выход:	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	Сыр. блюдо	№2	Суп рыбный с сафрой	250	12,33	147	4,5	12,3
	гарнир	315	Запеканка творожная со сметаной	100	25-33	480	13,1	60,4
	Закуска			20	4-60	160	2,9	4,9
	Сыр напиток	159	Кашей с сахаром	200	4-94	118	0,6	28,9
	Хлеб	-	Хлеб пшеничный	50	3-10	106,38	4,15	24
Завтрак	молоко		молоко	200	20-00	59	3,0	4,7
	Закуска	№2	Винегрет овощной	60	4-70	40,8	0,84	4,32
Обед	1-е блюдо	134	Суп крестьянской салат.	250	11-06	108,24	2,08	15,84
	2-е блюдо	404	Раба тушеная	80	24,80	127,72	19,8	0,57
	гарнир	634	Картофельн. пюре	150	9-60	123-85	3-15	21,45
	напиток	159	Кашей с сахаром	200	4-94	118	4,15	24
	хлеб бел.							
	Хлеб ржаной	-	Хлеб ржаной	50	3-10	100,95	3,5	20,5