

Школа

МКОУ СОШ № 7 с. Новомихайловка

Отд./корп

День

9. 02. 2014г.

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	224	Сосиска отварная	80	12-40	132,95	5,55	11,95	0,8
	гарнир	615	Рис с маслом	150	8-99	239,66	3,84	99	34
	закуска	Т.к. 41	Салат витаминный	60	5-24	57,6	0,7	2	9,2
	гор. напиток	76	Кисель	200	4-42	104,96	0,14	0	26,1
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	50	3-10	92,96	3,32	0,32	14,2
	-	-	Масло сливочное	10	6-10	74,8	0,1	8,25	0,09
	-	-	Сыр	10					
Завтрак	фрукты								
	молоко	-	молоко	200	20-00	59	3,0	3,2	4,7
Обед	закуска	42	Салат из свеклы	60	5-40	47,9	1,5	1,9	6,2
	1 блюдо	208	Сыр картофель с зеленью	250	15-16	160,40	6,8	7,2	17,1
	2 блюдо	555	Каша в соусе	80/50	21-35	128,60	7,95	7,2	8
	гарнир	283	Каша, перловка	150	5-35	223,95	4,35	9,15	31,05
	напиток	759	Каша с сахаром	200	5-42	48	0,6	0	28,9
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	50	3-10	100,95	3,5	0,55	20,5
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной						