

Школа

МКОУ СОШ № 7 с. Новомихайловка

Отд./корп

День

14.02.2022

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	404	Тыква припущенная	90	26-49	127,72	19,8	5,96	0,31
	гарнир	634	Пармезанная морковь	150	8-85	173,85	3,15	8,25	21,75
	закуска	107	Салат свежий	60	5124	40,8	0,84	2,16	9,2
	гор.-напиток	830	Чай с сахаром	200	2-98	67-95	0,32	0,12	16,42
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	90	3-10	118	4,15	0,6	24
		-	Масло сливочное	10	6-10	74,8	0,1	8,25	0,09
Завтрак 2	фрукты								
	молоко		молоко	200	20-00	59	3,0	3,2	4,7
Обед	закуска	-	Мясо рубленное	110	6-60	90	0	7,0	7,0
	1 блюдо	7-12	Суп картофельный	250	17-63	101,28	7,36	3,68	9,68
	2 блюдо	499	Потешка	90	17,40	240	11,0	17,3	10
	гарнир	283	Рис отваренный	150	5-35	223,95	4,35	9,15	31,05
	напиток	759	Рапсовый сок	200	4,92	118	0,6	0	28,9
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	-	Хлеб ржачий	50	3-10	100+95	3,5	0,55	20,5