

Школа

МКОУ СОШ № 7 с. Новомихайловка

Отд./корп

День

21.05.2021

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	462	Творог с сметан.	90	20-04	234,6	2,4	13	8
	гарнир	361	Рис с маслом.	150	8-02	195	6,4	6,09	48,8
	закуска	7.к.ч.	Салат витаминный	60	4-98	57,6	0,7	2	5,2
	гор. напиток	80	Чай с сахаром.	200	-2-98	67,59	0,32	0,11	16,42
	хлеб	-	Хлеб ржаной	50	3-10	48	1,15	0,6	24
		-	масло сливочное	10	6-10	74,8	6,1	8,25	9,09
		-	Молоко	30	5-40	126,9	1,7	3,7	21,7
Завтрак 2	фрукты								
	молоко		молоко	200					
Обед	закуска	49	Салат морковный	60	8-21	50,16	0,72	1,44	8,58
	1 блюдо	185	Борщ со сметаной	250	15-44	106,56	1,88	5,6	12,16
	2 блюдо	224	Свинина отварная	60	16-05	132,96	5,55	11,95	0,8
	гарнир	343	Картофель с маслом	150	9-35	295,80	8,4	10,8	41,25
	напиток	759	Компот сушеных фруктов	200	5-32	48	0,6	0	28,9
		Хлеб	-	Хлеб ржаной	50	3-10	100,95	3,5	0,55