

Школа

МКОУ СОШ № 7 с. Новомихайловка

Отд./корп

День

1.09.2022

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	555	Ботлето с салатом	80	17,61	128,6	7,93	7,2	8
	гарнир	343	Трикра с фасолью	150	8-35	295,80	8,4	10,8	11,25
	закуска	-	Шпроты рыбные	40	6-60	90	0	7,0	7,0
	гор. напиток	848	Варено с маслом	200	6-24	194,6	4,9	5	32,5
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	50	3-10	118	4,15	0,6	24
	-	-	масло сливочное	10	6-10	74,8	0,1	8,25	0,09
	-	Сыр	10	4-90	55,4	3,5	4,6	0	
Завтрак 2	фрукты								
	молоко	-	молоко	200	20-10	59	3,0	3,2	4,7
Обед	закуска	т.к. 41	Салат витаминный	60	5,24	57,6	0,7	2	9,2
	1 блюдо	т.к. 89	Суп с фрикадельками	250	19-01	152,20	7,1	7,4	14,3
	2 блюдо	443	Отварное мясо говяжье	200	21-39	430,8	22,25	24,2	31
	гарнир								
	мастур	759	Каша с сахаром	200	5-32	118	0,6	0	28,9
	хлеб бел								
	хлеб зерн	-	Хлеб ржаной	50	3-10	100,95	3,5	0,55	20,5