

Школа

МКОУ СОШ № 7 с. Новомихайловка

Отд./корп

День

5.03.22

Завтрак	Время	Блюдо	Вареное	Пюре	Калорийность	Жиры	Сахар	Углеводы
Завтрак	гор. белого	Суп гороховый с мяс.	250	14-08	129,36	6,08	4,56	7,6
	вареник	Вареник со сметаной	180	21-03	480	13,1	14,1	60,4
	закуска							
	гор. черн.	Кашей сахар	200	5-32	118	0,6	0	28,9
	хлеб	Хлеб пшеничный	50	3-10	118	4,15	0,6	24
		масло сливочное	10	6-10	54,8	6,1	3,25	0,09
Завтрак	фрукты							
	масло	масло	200	20-02	59	3,0	3,2	4,7
Обед	закуска	Салат мясной	60	6-21	50,16	0,42	1,44	8,58
	бюджет	Суп рыбный	250	14-33	144	7,5	5,7	12,3
	бюджет	Закуска по домашн.	200	25-05	430,8	22,25	24,2	31
	вареник	Кашей сахар	200	5-32	118	0,6	0	28,9
	хлеб бел.							
	хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	3-10	100,95	3,5	0,55	20,5