

Школа

МКОУ СОШ №7 с. Новомихайловка

Отд./корп

День

15.03.2022

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	590	Кури туршма	80	23-50	215,46	17,19	16,1	0,45
	гарнир	343	Тюлькә е масла	150	8-35	295,80	8,4	10,8	41,25
	закуска	112	Салат свекольный	60	4-42	92-96	1,5	1,9	6,2
	гор. напиток	-	Сарейн. чайн. с. ма.	200	5-38	127	0,08	1,4	20,5
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	50	3-10	118	4,15	0,6	24
		-	масло сливочное	10	6-10	54,8	6,1	8,25	0,09
	-	сир	10	4-90	55,4	3,5	4,6	0	
Завтрак 2	фрукты								
	молоко	-	молоко	200	20-60	59	3,0	3,2	4,7
Обед	закуска	-	шурпе кабаргана	110	6-60	90	0	7,0	7,0
	1 блюдо	215	Кури картоф. с. ма.	250	16-33	94,8	2,32	2	16,8
	2 блюдо	443	Тюлькә е мясом.	200	25-44	504,9	21,5	22,7	53,5
	гарнир								
	напиток	759	чайн. с. сахар	200	5-32	118	0,6	0	28,9
	хлеб бел.								
	хлеб чёрн.	-	Хлеб пшеничный	50	3-10	100,95	3,5	0,55	20,5