Школа МБОУ СОШ № 7 Отд./корп День 13 декабря

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша молочная геркулесовая с маслом	200	22,30р.	183.40	3.3	8.6	23.2
	порц.блюдо		Сыр Российский	15	8,85р.	53.74	3.48	4.42	0
	Хлеб		Хлеб пшеничный	43	3,34р.	100.53	3.4	0.43	20.77
	Напиток	382	Какао с молоком	200	12,31р.	125.11	3.78	0.67	26
	фрукт		Фрукт	1 шт.	28,20р.	108.00	2.56	0.56	23.14
Завтрак 2 или полдник	Напиток		Йогурт Имунеле	1 шт.	42	140	5.2	3	23.2
Обед									
	закуска	45	Салат из свежей капусты	30	2,25р.	12.60	0.4	1.82	2.55
	1 блюдо	102	Суп гороховый на мк/б	250	11,68р.	141.25	9.6	3.92	17.25
	2 блюдо	268	Котлета из говядины с соусом	60/30	30,08р.	259.50	11.1	19.5	9.9
	гарнир	309	Макароны отварные	150	7,41р.	201.90	5.1	7.5	28.5
	Хлеб черн.		Хлеб ржаной	51	2,77р.	117.25	2.86	0.56	25.19
	Напиток		Сок натуральный	1/200	20,81р.	97.10	1.5	0	22.8