Школа	МБОУ СОШ № 7	Отд./корп							День	16 декабря

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	310	Омлет натуральный , зеленый горошек	150/20	42,67р.	264.71	15.33	20.74	4.17
	порц.блюдо		Масло сливочное	10	8,77р.	65.72	0.1	7.2	0.13
	порц.блюдо		Сыр Российский	15	8,85р.	35.83	3.48	4.42	0.00
	Хлеб		Хлеб пшеничный	29	2,24р.	67.80	2.29	0.29	14.01
	Напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	8,47р.	155.20	3.6	2.67	29.2
	Конд.изд.		Кондитерское изделие (печенье)	1 шт.	4,00р.	82.90	1.7	2.26	13.94
Завтрак 2 или полдник	Напиток	377	Чай сладкий с лимоном	200	3,80р.	41.60	0.53	0	9.87
	Выпечн.изд.	420	Котлета, запеченная в тесте	110	38,20р.	301.4	7.8	6.76	21.56
Обед	закуска		Огурец сол.порционный	60	8,64р.	25.2	0.72	0.24	5.04
	1 блюдо	82	Борщ из свеж.капусты на мк/б со сметаной	250/10	16,99р.	132.40	4.03	7.6	12.05
	2 блюдо	234	Котлеты рыбные	90	21,10р.	117.34	12.04	3.94	8.44
	гарнир	312	Картофельное пюре с м/сл	150/3	17,91р.	109.73	3.08	2.33	19.13
	Хлеб черн.		Хлеб ржаной	25	1,34р.	57.48	1.4	0.28	12.35
	Напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,02р.	196.38	1.16	0.30	47.26
	Конд.изд.		Кондитерское изделие (печенье)	1 шт.	4,00р.	82.90	1.7	2.26	13.94