

Школа **МБОУ СОШ №7** Отд./корп _____ День **21 декабря**

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------------|----------------|--------|-------------------------------|----------|---------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 223 | Запеканка творожная с джемом | 150/20 | 47,01р. | 333.60 | 20.85 | 14.4 | 30.15 |
| | порц.блюдо | | Масло сливочное | 10 | 8,77р. | 65.72 | 0.1 | 7.2 | 0.13 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 31 | 2,41р. | 72.48 | 2.45 | 0.31 | 14.97 |
| | Напиток | 382 | Какао с молоком | 200 | 12,31р. | 125.11 | 3.78 | 0.67 | 26 |
| | кондит.изделие | | Печенье | 1 шт. | 4,50р. | 41.45 | 0.85 | 1.13 | 6.97 |
| Завтрак 2 или полдник | Напиток | | Сок натуральный | 1/200 | 20.81р. | 97.10 | 1.5 | 0 | 22.8 |
| | Выпечн.изд. | | Выпечное изделие | 80 | 21.19 | 219.2 | 1.08 | 9.36 | 29.86 |
| Обед | закуска | 45 | Салат из свежей капусты | 60 | 4,50р. | 55.3 | 0.8 | 3.65 | 5.11 |
| | 1 блюдо | 88 | Щи на мк/б со сметаной | 250/10 | 14,30р. | 118.48 | 4 | 7.68 | 8.43 |
| | 2 блюдо | 229 | Рыба, туш. в томате с овощами | 45/45 | 19,60р. | 136.58 | 20.48 | 4.95 | 2.53 |
| | гарнир | 312 | Картофельное пюре с м/сл | 150/5 | 19,66р. | 109.73 | 3.08 | 2.33 | 19.13 |
| | Хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 27 | 1,44р. | 62.07 | 1.51 | 0.3 | 13.34 |
| | Напиток | 350 | Кисель фруктовый | 200 | 6,50р. | 111.36 | 0.16 | 0.08 | 27.50 |
| | кондит.изделие | | Печенье | 2 шт. | 9,00р. | 82.90 | 0.85 | 1.13 | 6.97 |
| | | | | | | | | | |



Директор школы

Воронкова

М.А.Воронкова