

Школа **МБОУ СОШ №7** Отд./корп _____ День **23 декабря**

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------------|-------------|--------|----------------------------------|----------|---------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 309 | Макароны отварные с сыром | 150/20 | 19,21р. | 273.56 | 9.74 | 13.4 | 28.5 |
| | порц.блюдо | 209 | Яйцо вареное | 40 | 11,63р. | 62.84 | 5.08 | 4.6 | 0.28 |
| | Напиток | 382 | Какао с молоком | 200 | 12,31р. | 125.11 | 3.78 | 0.67 | 26.00 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 25 | 1,93р. | 58.45 | 1.98 | 0.25 | 12.08 |
| | напиток | 338 | Масло сливочное | 10 | 8,77р. | 65.72 | 0.1 | 7.2 | 0.13 |
| | Фрукт | | Фрукт | 1 шт. | 21,15р. | 54.00 | 1.28 | 0.28 | 11.57 |
| Завтрак 2 или полдник | Напиток | | Чай сладкий с лимоном | 200 | 3,80р. | 41.60 | 0.53 | 0 | 9.87 |
| | Выпечн.изд. | | Котлета, запеченная в тесте | 110 | 38,20р. | 301.4 | 13.2 | 11.44 | 36.49 |
| Обед | 1 блюдо | 96 | Рассольник Ленинградский на мк/б | 250 | 15,22р. | 130.90 | 4.1 | 5.9 | 15.58 |
| | 2 блюдо | 278 | Тефтели из говядины с соусом | 50/40 | 23,04р. | 156.60 | 7.8 | 8.4 | 12.45 |
| | гарнир | 143 | Рагу овощное | 150 | 11,43р. | 191.73 | 4.82 | 5.43 | 30.9 |
| | Хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 40 | 2,16р. | 91.96 | 2.24 | 0.44 | 19.76 |
| | Напиток | 376 | Чай сладкий | 200 | 2,00р. | 40.00 | 0.53 | 0 | 9.47 |
| | Фрукт | | Фрукт | 1 шт. | 21,15р. | 54.00 | 1.28 | 0.28 | 11.57 |
| | | | | | | | | | |



Директор школы

М.А.Воронкова