

Школа

МОУ "СОШ № 7" г.Коряжма

Отд./корп

День

21.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	299	Рулет картофельный с мясом и соусом	150	47,48	308	13	17	24
	гор.напиток	451	Кокрок с яйцом	100	35,00	163	5	3	30
	Хлеб		Хлеб цельнозерновой	22	1,19	117	4	1	16
Завтрак 2		376	Чай с сахаром	215	2,43	82	2		19
			Отурец свежий	20	4,50	25			13
			Фрукты						
Обед	закуска								
	1.блюдо	84	Щи из капусты со сметаной	260	10,63	191	5	5	31
	2.блюдо	256	Печень тушенная по-строгановски	100	23,13	163	13	10	6
	гарнир	331	Макаронные отварные	150	5,68	191	6	5	51
	оладкое		Сок фруктовый	200	7,20	132	1	0	29
	Хлеб бел.		Грилья свежая	188	28,34	94	2	1	21
	Хлеб черн.	1	Хлеб цельнозерновой	20	0,75	117	4	1	16