

Школа

ГБОУ СОШ № 7 г. Кинеля

| Прием пищи | Раздел      | № рец.       | Блюдо  |
|------------|-------------|--------------|--|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 243, 171, 70 | Сосиски отварные, каша гречневая рассыпчатая, огурец порционно |
|            | гор.напиток | 349          | Компот из смеси сухофруктов                                    |
|            | хлеб        | ПР           | Хлеб пшеничный   |
|            |             |              |  |
|            |             | ПР           | Йогурт (порционно)   |
|            |             |              |  |
| Обед       | закуска     | 45           | Салат из капусты белокачанной                                  |
|            | 1 блюдо     | 87           | Суп с рыбными консервами                                       |
|            | 2 блюдо     | 268          | Котлета мясная   |
|            | гарнир      | 199          | Пюре гороховое   |
|            | гор.напиток | 377          | Чай с лимоном  |
|            | хлеб        | ПР           | Хлеб пшеничный в/с, ржаной                                     |
|            |             |              |  |
|            |             | ПР           | Йогурт (порционно)   |

Отд./корп День 

| Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| 250      | 56,8  | 415,8        | 15,5  | 19   | 35       |
| 200      | 7,00  | 126          | 1     | 0    | 26       |
| 50       | 4     | 119          | 3     | 0    | 24       |
|          | 67,80 |              |       |      |          |
| 50       | 18,01 | 102          | 6     | 3,5  | 11,7     |
|          |       |              |       |      |          |
|          |       |              |       |      |          |
| 60       | 15    | 80           | 1     | 6    | 5        |
| 250      | 22    | 96           | 2     | 3    | 15       |
| 90       | 30,94 | 133          | 11    | 10   | 10       |
| 150      | 15    | 260          | 15    | 6    | 40       |
| 200      | 7     | 54           | 0     | 0    | 14       |
| 60       | 5     | 126          | 4     | 0    | 25       |
|          | 94,94 |              |       |      |          |
| 50       | 18,01 | 102          | 6     | 3,5  | 11,7     |
|          |       |              |       |      |          |