

Школа

МБОУ СОШ №21 пгт.Черноморского МО Северский район им. майора Отд./корп

7-11 лет

День

3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	47	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ Г	60	12.3	11	1	0	2
	гор.блюдо	311/255	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ. ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВ	250	83.6	373	14	16	37
	напиток	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	4.3	28	0	0	7
	хлеб бел.	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.2	95	3	0	20
	хлеб черн.	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.8	41	1	0	9
Обед	фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100	10	56	1	1	12
	1 блюдо	98	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	7.7	75	1	4	8
	гарнир	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	10.2	163	3	9	16
	2 блюдо	234	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ 90/5	95	35.5	179	12	8	13
	напиток	389	СОК ФРУКТОВЫЙ /ВИНОГРАДНЫЙ	200	20	136	1	0	32
	хлеб бел.	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.2	95	3	0	20
	напиток	ПП	МОЛОКО 2,5% ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА Т/П ДЛЯ Д	200	21.9	105	6	5	9