Школа ГКОУ РО "Азовская школа №7" Отд./корп День 22.09.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	136	суп с рыбными консервами	200	44,43	148	3	5	22
	2 блюдо	309	рыба (ф.м)туш.с овощами	150	87,41	66	1	5	4
	гарнир	470	картофель отварной	150	19,33	153	3	5	24
	сладкое		сок фруктовый консерв.	200	16,00	80			20
	хлеб бел.	134	Хлеб пшеничный	50	3,56	119	4	0	24
	хлеб черн.	142	Хлеб ржанопшеничный	40	2,58	79	3	0	16