

Школа

МБОУ "ООШ № 16"

Отд./корп

День

11/29/2021

Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска		Салат из свежей капусты с яблоком	60	2.36	54.2	3.8	3.1	6
	гор.блюдо		Тефтели из говядины	90/75	23.59	307.4	13.83	20.25	17.44
	гарнир		Каша гречневая	150	7.75	266.9	8.8	6.1	43.10
	напиток		Молочный коктейль "Топтыжка"	1 шт.	26.00	77	2.8	3.2	9.3
	хлеб		Хлеб ржаной	30	1.50	54.3	1.98	0.4	10.3
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1.71	47.2	1.6	0.2	10.4
	фрукт		Яблоко	218	13.33	25.8	0.6	0.06	6.55
	ИТОГО				<b>76.24</b>	<b>832.80</b>	<b>33.41</b>	<b>33.31</b>	<b>103.09</b>
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
	сладкое								
	сладкое								
<b>ИТОГО</b>									
<b>ВСЕГО</b>					<b>76.24</b>	<b>832.80</b>	<b>33.41</b>	<b>33.31</b>	<b>103.09</b>