

Школа

МБОУ "ООШ № 16"

Отд./корп

День

12/2/2021

Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска		Бутерброд с сыром и маслом	45	13.68	166.2	6.9	10.4	11.1
	гор.блюдо	324	Котлета рыбная	90	11.47	172.8	11.4	9	12.60
	гарнир	472	Картофельное пюре	150	6.52	100.7	2.2	3.7	15.60
	напиток		Молоко обогащенное	1 шт.	16.20	116	5.6	6.4	9.4
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1.00	36.2	1.32	0.2	6.84
	фрукт		Груша	227	22.52	63	0.6	0.45	13.3
	ИТОГО				71.39	654.90	28.02	30.15	68.84
Обед	1 блюдо	138	Суп картофельный с бобовыми и с курицей	225	8.43	136.8	5.7	4.3	12.50
	2 блюдо	401	Гуляш	50/75	28.59	388.5	28	31.8	9.30
	гарнир	463	Каша гречневая	150	7.75	262.7	8.7	5.55	47.10
	напиток	591	Кисель	200	4.23	118.5	0.1		31.50
	хлеб		Хлеб ржаной	40	2	54.3	1.98	10.3	54.30
	сладкое		Печенье	1 шт.	6.95	223	7.5	16	68.00
	сладкое		Гематоген	1 шт.	7.92	390	7	3	84.00
ИТОГО					65.87	1573.80	58.98	70.95	306.70
ВСЕГО					137.26	2228.70	87.00	101.10	375.54