

Школа

МБОУ "ООШ № 16"

Отд./корп

День

1/21/2022

Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска		Бутерброд горячий с сыром	45	14.41	166.2	6.9	10.4	11.1
	гор.блюдо	449	Плов из птицы	200	23.21	487.10	21.3	28.2	36.30
	напиток	762	Кофейный напиток	200	4.65	108.30	1.81	1.9	22.4
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1.10	36.20	1.3	0.2	6.8
			Йогурт	1 шт.	19.50	106.30	6.3	4	10.6
	ИТОГО				62.87	904.10	37.61	44.70	87.20
Обед	1 блюдо	110	Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом	210	11.77	117.4	1.5	4.1	10.80
	2 блюдо	451	Котлета из говядины	90	32.67	224.6	15.3	12.6	13.30
	гарнир	472	Картофельное пюре	150	9.67	150.8	3.3	5.5	23.30
	напиток		Сок	1 шт.	11.25	112	1		27.40
	хлеб		Хлеб ржаной	30	1.65	54.3	2	0,4	10.30
ИТОГО					67.01	659.10	23.10	22.20	85.10
ВСЕГО					129.88	1563.20	60.71	66.90	172.30