

Школа

МБОУ "ООШ № 16"

Отд./корп

День

2/22/2022

Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска	2	Бутерброд горячий с сыром	45	14.41	166.2	6.9	10.4	11.1
	гор.блюдо	297	Каша молочная пшенная с маслом	205/10	17.24	319.50	9.9	13.6	39.20
	напиток	762	Кофейный напиток	200	5.30	108.30	1.8	1.9	22.4
			Йогурт	1 шт.	19.50	106.30	6.3	4	10.6
	фрукт		Яблоко	134	9.92	67.50	0.6	0.6	14.7
	ИТОГО				66.37	767.80	25.50	30.50	98.00
Обед	закуска	11	Салат из свеклы	60	2.69	56.30	1.30	3.10	6.60
	1 блюдо	129	Рассольник ленинградский	200	5.18	103.6	2.1	4.3	14.50
	2 блюдо	394	Жаркое по-домашнему	200	26.22	290.9	0.2	0.2	27.80
	напиток		Молоко обогащенное	1 шт.	19.95	116	5.6	6,4	9.40
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1.9	47.2	1.6	0,2	10.40
	хлеб		Хлеб ржаной	30	1.65	54.3	1.98	0,4	10.30
ИТОГО					61.69	978.86	31.01	35.87	130.62
ВСЕГО					128.06	1746.66	56.51	66.37	228.62