

Школа

МБОУ "ООШ № 16"

Отд./корп

День

4/18/2022

Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор.блюдо	461	Тефтели из говядины	90/75	26.33	313.60	14.8	20.4	18.40
	гарнир	463	Каша гречневая	150	10.45	266.90	8.8	6.1	43.10
	напиток	628	Чай с сахаром	200/15	1.68	58.00	0.2		15
	сладкое		Шоколад	1 шт.	19.00	52.40	1.5	0.6	10
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1.10	36.20	1.3	0.2	6.8
	ИТОГО				58.56	727.10	26.60	27.30	93.30
Обед	1 блюдо	110	Борщ из свежей капусты	200	7.42	82.5	1.5	4.1	10.80
	2 блюдо	324	Котлета рыбная	90	14.54	172.8	11.4	9	12.60
	гарнир	472	Картофельное пюре	150	12.3	150.8	3.3	5.5	23.30
	напиток		Молочный коктейль	200	33	135	5.6	4	19.60
	хлеб		Хлеб ржаной	30	1.65	54.3	2	3,7	10.30
ИТОГО					68.91	595.40	23.80	18.60	76.60
ВСЕГО					127.47	1322.50	50.40	45.90	169.90