

Школа

МБОУ "ООШ № 16"

Отд./корп

День

4/20/2022

Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска	2	Бутерброд горячий с сыром	45	15.76	166.2	6.9	10.4	11.1
	гор.блюдо	387	Печень по-строгановски	100	36.17	183.20	14.2	12	4.30
	гарнир	463	Каша гречневая	100	6.97	175.10	5.9	3.7	31.40
	напиток	628	Чай с сахаром	200/15	1.76	58.00	0.2		58
	хлеб		хлеб ржаной	20	1.10	36.20	1.3	0.2	6.8
	ИТОГО				61.76	618.70	28.50	26.30	111.60
Обед	1 блюдо	176	Борщ с картофелем	200	7.13	91	0.7	0.1	7.90
	2 блюдо	14	Бефстроганов из филе птицы	100	27.42	219.2	12.9	17.3	3.70
	гарнир	472	Картофельное пюре	150	12.3	150.8	3.3	5.5	23.30
	напиток	585	Компот из свежих яблок	200	5.74	109	0.2	0,2	27.90
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1.9	47.2	1.6	0,2	10.40
	хлеб		Хлеб ржаной	30	1.65	54.3	2	0,4	10.30
ИТОГО					56.14	671.50	20.70	22.90	83.50
ВСЕГО					117.90	1290.20	49.20	49.20	195.10