

Школа

МБОУ "ООШ № 16"

Отд./корп

День

4/19/2022

Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор.блюдо	262	Каша молочная рисовая с маслом	205/10	18.20	186.40	7.6	12.8	35.40
	напиток	642	Кофейный напиток с молоком	200	7.99	108.30	1.81	1.9	22.4
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1.90	47.20	1.6	0.2	10.4
			Йогурт	1 шт.	19.95	106.30	6.3	4	10.6
			Печенье	1 шт	11.00	52.40	1.5	0.6	10
	сладкое		Конфета	1 шт	13.00	52.40	1.5	0.6	10
	ИТОГО				<b>72.04</b>	<b>553.00</b>	<b>20.31</b>	<b>20.10</b>	<b>98.80</b>
Обед	1 блюдо	120	Щи из свежей капусты	200	7.81	71.2	1.4	4.2	7.60
	2 блюдо	460	Котлета из индейки	50	18.28	165.7	8.3	11.6	7.00
	гарнир	469	Макароны отварные	150	5.51	207.5	5.3	4.4	35.70
	напиток		Молочный коктейль	1 шт.	33	135	5.6	4	19.60
	хлеб		Хлеб ржаной	30	1.65	54.3	2	3,7	10.30
<b>ИТОГО</b>					<b>66.25</b>	<b>633.70</b>	<b>22.60</b>	<b>20.20</b>	<b>80.20</b>
<b>ВСЕГО</b>					<b>138.29</b>	<b>1186.70</b>	<b>42.91</b>	<b>40.30</b>	<b>179.00</b>