

Школа

МБОУ "ООШ № 16"

Отд./корп

День

4/28/2022

Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор.блюдо		Котлета из индейки	90	32.85	298.70	15.2	20	12.60
	гарнир		Макароны отварные	150	5.52	207.50	5.3	4.4	35.70
	напиток		Кофейный напиток	200	8.28	108.30	1.81	1.9	22.4
	фрукт		Яблоко	120	11.28	67.50	0.6	0.6	14.7
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1.10	36.20	1.3	0.2	6.8
	ИТОГО				59.03	718.20	24.21	27.10	92.20
Обед	1 блюдо		Суп крестьянский с курицей	200/25	13.04	90.6	8.17	7.8	1.50
	2 блюдо		Гуляш из говядины	63	15.38	121.4	7.7	8.8	2.60
	гарнир		Каша гречневая	150	10.46	266.9	8.8	6.1	43.10
	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
ИТОГО					73.53	668.20	32.27	22.70	77.10
ВСЕГО					132.56	1386.40	56.48	49.80	169.30