

Школа

МБОУ "ООШ № 16"

Отд./корп

День

4/29/2022

Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор.блюдо	403	Плов из говядины	200	39.66	397.90	16.4	18.6	40.50
	напиток	628	Чай с сахаром	200/15	1.92	58.00	0.2		15
			Гребешок вишневый	1 шт.	24.56	402.00	5.9	18.3	53.6
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1.10	36.20	6.3	4	10.6
	ИТОГО				67.24	894.10	28.80	40.90	119.70
Обед	1 блюдо	120	Щи из свежей капусты	200	7.91	71.2	1.4	4.2	7.60
	2 блюдо	444	Курица тушеная в соусе	90/75	28.7	387.8	25	29.6	5.30
	гарнир	469	Макароны отварные	150	6.07	207.5	0.5	4.4	35.70
	напиток	773	Напиток из шиповника	200	6.59	125.4	0.8		31.98
	фрукт		Яблоко	114	10.72	67.5	0.6	0,6	14.70
	хлеб		Хлеб ржаной	30	1.65	54.3	1.98	0,4	10.30
ИТОГО					61.64	913.70	30.28	38.20	105.58
ВСЕГО					128.88	1807.80	59.08	79.10	225.28