

Школа

МБОУ "ООШ № 16"

Отд./корп

День

5/5/2022

Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска	2	Бутерброд горячий с сыром	45	15.45	166.2	6.9	10.4	11.1
	гор.блюдо	262	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	205/10	21.97	186.40	7.6	12.8	35.40
	напиток	642	Кофейный напиток	200	8.04	108.30	1.81	1.9	22.4
	фрукт		Яблоко	130	14.82	67.50	0.6	0.6	14.7
	ИТОГО				60.28	528.40	16.91	25.70	83.60
Обед	закуска		Салат из свеклы с соленым огурцом	60	5.23	73.00	1.10	4.40	7.40
	1 блюдо	132	Суп из овощей с мясом	200/10	15.66	117.5	4.6	6.8	10.00
	2 блюдо	430	Запеканка картофельная с мясом	125/5	33.51	248.6	10.3	13.4	22.03
	напиток	585	Компот из свежих яблок	200	6.3	109	0.2	0,2	27.90
	хлеб		Хлеб ржаной	30	1.65	54.3	2	0,4	10.30
ИТОГО					62.35	602.40	18.20	24.60	77.63
ВСЕГО					122.63	1130.80	35.11	50.30	161.23