

Школа

МБОУ СОШ № 16

Отд./корм

День

2022.06.16

Информация  
 Руководитель МБОУ СОШ №16  
 Коф. М.В. Чеснокова

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша: манная на молоке	200	27	191,01	6,02	4,05	33,37
	гор.напиток	377	Чай с сахаром, с лимоном	200/5	10	41,60	0,53	0,00	9,87
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
		15	Сыр	10	10	36,00	2,32	2,95	0,00
		итого				50,00	362,13	12,03	7,40
	фрукты								
Завтрак 2									
Обед	закуска	45	Салат: Витаминный/ капуста, морковь/	60	10	99,25	0,84	7,09	9,08
	1 блюдо	103	Суп вермишелевый с мясом кур	250	30	283,10	7,30	6,30	49,30
	2 блюдо	268	Котлета мясная	100	26,54	288,34	12,34	21,66	11,00
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	150	15	231,86	8,90	4,10	39,84
	сладкое	349	Компот из сухофруктов	200	10	196,38	1,16	0,30	37,12
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50	5	155,87	5,27	0,67	32,20
	хлеб черн.								
		331	Соус красный основной	50	2	23,82	0,41	1,47	2,24
		итого			98,54	1179,36	35,37	34,50	171,70