

Школа

МБОУ СОШ № 16

Отд./корм

День

2022.06.17

		Блюдо		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Раздел	№ рещ.		80	27	136,53	9,67	9,87	2,27
	гор.блюдо	250	Гуляш из мяса	200	5	40,00	0,53	0,00	9,47
	гор.напиток	375	Чай с сахаром	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	150	15	210,11	3,67	5,42	36,67
		171	Каша рисовая рассыпчатая		50,00	480,16	17,03	15,69	67,73
		Итого							
Завтрак 2	Фрукты								
Обед				60	10	128,97	1,56	10,17	6,67
	закуска	67	Винегрет овощной	250	30	84,48	1,80	4,98	8,13
	1 блюдо	87	Щи по - домашнему	80/50	28,54	248,00	13,17	15,61	15,95
	2 блюдо	278	Тефтели с соусом	150	15	168,45	5,52	4,52	26,45
	гарнир	131	Гороховое пюре	200	10	196,38	1,16	0,30	37,12
	сладкое	349	Компот из сухофруктов	50	5	155,87	5,27	0,67	32,20
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный						
	хлеб черн.				98,54				
		Итого				853,18	26,92	26,08	119,85