Школа	МБОУ гимназия № 16	Отд./корп		День	19.05.2021г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Тефтели из говядины в томатном соусе с кашей пшеничной	80/60/150	33,60	401	16	15	50
	гор.напиток		Чай с сахаром и с лимоном	200/15/7	3,61	62	0	0	15
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,08	44	1	0	9
			Сыр полутвердый	20	9,99	54	3	4	0
			Хлеб ржаной	20	1,13	39	2	0	8
Завтрак 2	фрукты		Яблоко	100	6,91	44	0	0	10
Обед	закуска		Салат из белокачанной капусты	100	3,05	45	1	3	4
	1 блюдо		Рассольник ленинградский с крупой перловой	40	8,99	111	2	6	13
	2 блюдо		Тефтели из говядины в томатном соусе с кашей пшеничной	80/60/150	33,60	401	16	15	50
	гарнир								
	сладкое		Чай с сахаром	200 /15	1,89	60	0	0	15
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3,24	114	5	1	22
	хлеб черн.								