

Школа

МБОУ гимназия №16

Отд./корп

День

27.05.21

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	410	Ватрушка с творогом	75		171,48	7,15	6,48	21,14
	294/309	Котлета куриная с макаронами отварными и маслом сливочным	80/150/5		256,95	14,1	12,75	21,45
	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7		61,5	0,13	0,02	15,2
		Хлеб пшеничный	30		66,31	2,1	0,23	13,96
	338	Яблоко	100		44,4	0,4	0,4	9,8
		ИТОГО:			58	624,04	23,88	22,48
Обед	48	Салат витаминный (1 вариант)	60		48	0,95	3,64	2,86
	98	Суп крестьянский с крупой рисовой и сметаной	200/5		96,14	1,78	5,3	10,33
	294/309	Котлета куриная с макаронами отварными и маслом сливочным	80/150/5		256,95	14,1	12,75	21,45
	349	Компот из сухофруктов	200		120,12	0,44	0	29,59
		Хлеб пшеничный	60		113,88	0,42	0,18	29,8
		Зефир	25		79,31	0,2	0,03	19,57
		ИТОГО:			58	702,4	22,39	22,56