

Школа

МБОУ гимназия №16

Отд./корп

День

28.05.21

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	14	Масло сливочное	15		93,38	0,07	10,3	0,1
	230	Рыба запеченная	80		133,4	15,3	5,8	5
	312	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		188,18	3,21	5,86	30,65
	376	Чай с сахаром	200/15		60,26	0,02	0,02	15
		Хлеб ржаной	20		38,84	1,54	0,28	7,54
		Хлеб пшеничный	20		44,19	1,4	0,15	9,31
		ИТОГО:		58	558,25	21,54	22,48	67,6
Обед	67	Винегрет овощной	60		76,25	0,96	6,09	4,4
	112	Суп картофельный с клёцками, сметаной и зеленью	200/5		129,07	3,2	5,23	17,3
	230	Рыба запеченная	80		133,4	15,3	5,8	5
	312	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		188,18	3,21	5,86	30,65
		Хлеб пшеничный	60		113,88	4,92	0,84	21,66
	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7		61,5	0,13	0,02	15,2
		ИТОГО:		58	702,28	27,72	23,84	94,21