Школа МБОУ С(К)ОШ16 Отд./корп Дата 22.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска	70	Овощи по сезону	**65,0**		**16,5**	**0,70**	**0,50**	**2,30**
Завтрак	2 блюдо	229	Рыба тушеная с овощами	**100,0**		**98,6**	**9,70**	**5,00**	**3,70**
	гарнир	303	Каша вязкая рисовая	**170,0**		**174,3**	**2,90**	**4,70**	**30,10**
	хлеб	пр	Хлеб пшеничный	**40,0**		**70,2**	**2,40**	**0,20**	**14,70**
	гар.напиток	377	Чай с лимоном	**200,0**		**61,5**	**0,13**	**0,02**	**15,20**
		пр	Кондитерские изделия	**15,0**		**101,4**	**1,48**	**4,31**	**14,17**
	ИТОГО			**590,0**		**522,5**			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								