Утверждаю
и.о.директора МОУ СОШ №16
_____ Ковальчук И.А.

Школа: МОУСОШ № 16 с.Александровское | Отд./корп: | День: 03.02.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | | 278 | Омлет натуральный сыром | 150 | 44,20 | 271 | 13 | 23 | 2 |
| | | 302 | горошек зеленый консервированный отварной | 60 | 11,28 | 19 | 2 | 0 | 3 |
| | | | хлеб пшеничный | 20 | 1,04 | 84 | 2 | 0 | 19 |
| | | 379 | кофейный напиток с молоком | 200 | 12,50 | 103 | 3 | 2 | 17 |
| | | | яблоки свежие | 100 | 15,00 | 47 | 0 | 0 | 10 |
| | | | кондитерские изделия ( пряники) | 50 | 7,50 | 96 | 2 | 1 | 21 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | 580 | 84,02 | 619 | 22 | 26 | 72 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |