

директор МБОУ "СОШ №16"

Ефимова М.В.



МЕНЮ

18 декабря 2024г

с 7-11

ЗАВТРАК

наименование блюда	выход	б	ж	у	ккал
суп молочный с рисовой крупой	250	3,71	4,46	7,68	89
кофейный напиток	200	4,2	4,6	26,5	159
батон	50	3,75	1,45	18,7	131
масло сливочное порциями	10	0,01	7,2	0,13	65,72
пряник	60	0,033	2,03	12,54	56,31
яблоко	100	0,26	0,17	13,81	52
сок	200	1,2	0	21,6	126
ИТОГО:		13,163	19,91	101	679,03

ОБЕД

наименование блюда	выход	б	ж	у	ккал
зелёный горошек консервированный	60	1,72	1,62	7,42	27,52
рассольник Ленинградский	250	2,6	2,5	16,98	100,8
гречка отварная	150	8,9	4,1	39,84	131,86
курица отварная с м/сл	100/10	21,67	13,33	0	206,67
компот из июма	200	0,34	0,07	29,85	122,2
хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	16,1	118
ИТОГО:		39,03	22,02	110,2	707,05

Повар

Шестернева Е.А.

Калькулятор

Куженова Г.Г.