

Школа

МБОУ СОШ с. Аван

Отд./корп

День

21.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	каша гречневая	150	14,43	150	7	5	22
	гор.напиток	376	чай	200	1,95	57	0	0	14
	хлеб	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
		243	сосиска отварная	50	33,78	149	5	7	0
		14	масло сливочное	10	8,40	53	0	6	0
Завтрак 2	фрукты								
		209	яйцо вареное	40	9,60	63	5	5	0
	сладкое	пром	печенье	50	16,15	216	3	8	7
Обед	закуска	23	салат из свежих помидор	100	17,98	48	1	6	5
	1 блюдо	99	суп из овощей	250	23,92	95	3	4	7
	2 блюдо	274	зразы рубленные	90	49,15	210	9	8	7
	гарнир	309	макароны отварные	170	12,91	191	7	4	25
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
	хлеб черн.								
	фрукты	пром	фрукты	170	39,63	56	0	1	17
	гор.напиток	388	напиток из шиповника	200	6,72	88	1	0	21