

Школа

МБОУ СОШ с. Аван

Отд./корп

День

30.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	215	омлет с зеленым горошком	150	42,20	163	8	6	6
	гор.напиток	381	какао с молоком	200	19,10	155	4	3	29
	хлеб	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
		14	масло сливочное	10	8,40	53	0	6	0
	фрукты	пром	фрукты	60	14,61	78	0	0	12
Завтрак 2	фрукты								
	закуска								
	закуска								
Обед	закуска	50	салат из свёклы с сыром	100	15,88	120	5	7	10
	1 блюдо	106	суп с рыбными консервами	200	28,96	146	6	5	14
	2 блюдо	259	жаркое по домашнему	190	58,04	316	10	15	19
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
	хлеб черн.								
	фрукты	пром	фрукты	190	13,46	104	0	0	15
гор.напиток	342	компот из свежих слив	200	33,97	103	1	0	18	