

Школа

МБОУ СОШ с. Аван

Отд./корп

День

06.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	каша кукурузная молочная	230	27,02	322	13	11	26
	гор.напиток	376	чай с сахаром и лимоном	200	4,05	60	0	0	15
	хлеб	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
		15	сыр	10	6,15	36	2	3	0
		14	масло сливочное	10	8,40	53	0	6	0
Завтрак 2	фрукты	пром	чяблоко	150	29,09	67	1	1	20
		209	яйцо вареное	40	9,60	63	5	5	0
Обед	закуска	36	салат из картофеля и сельди	100	24,03	113	5	5	11
	1 блюдо	82	борщ из капусты и картофеля	250	45,77	104	3	5	14
	2 блюдо	233	рыба запеченная в сметанном соусе	90	45,70	211	11	12	11
	гарнир	310	картофель отварной	150	23,43	142	4	4	10
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
	хлеб черн.								
	гор.напиток	350	кисель	200	11,38	115	0	0	16