Яровенко Е.А.

Школа	МБОУ СОШ с. Аван	Отд./корп		День	05.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302,243	каша гречневая с котлетой из курицы	230	61,53	330	10	10	36
	гор.напиток	376	чай с лимоном	200	1,90	60	0	0	14
	хлеб	88	хлеб с маслом	70	13,57	226	8	8	20
		209	яйцо отварное	60	12,00	54	1	1	6
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	23	салат из помидор с луком	100	17,49	113	4	6	10
	1 блюдо	99	суп из овощей	250	45,95	103	3	4	10
	2 блюдо	274	зразы рубленные	90	64,76	210	11	9	19
	гарнир	309	макароны отварные	170	13,19	142	3	5	15
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
	хлеб черн.								
	гор.напиток	388	напиток из шиповника	200	8,92	115	0	0	22