



Яровенко Е.А.

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	пудинг творожный со сгущенным молоком	170	66,09	370	10	10	36
	гор.напиток	376	чай с лимоном	200	5,92	56	0	0	14
	хлеб	пром	хлеб	60	4,69	115	8	8	20
	фрукты	пром	яблоко	100	12,30	44	1	1	6
				530	89,00	585	19	19	76
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	20	салат из свежих огурцов	100	20,38	113	4	6	10
	1 блюдо	119	суп гороховый	200	25,60	103	3	4	10
	2 блюдо	267	шницель натуральный	90	65,81	210	11	9	19
	гарнир	312	картофельное юре	150	26,96	142	3	5	15
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
	хлеб черн.								
	гор.напиток	344	компот	200	11,56	115	0	0	22
				800	155,00				