



Яровенко Е.А.

Школа

МБОУ СОШ с. Аван

Отд./корп

День

23.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	395	вареники с картофелем с маслом	150	52,05	232	9	12	15
	гор.напиток	389	компот	200	9,54	136	1	1	26
	хлеб	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
	кисломол.	386	кисломолочный продукт	200	22,72	100	5	5	11
				610	89,00	585	19	19	76
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	24	салат из капусты б/к	100	16,83	73	1	5	4
	1 блюдо	88	щи из свежей капусты	250	30,72	135	2	5	8
	2 блюдо	229	рыба тушеная в томате	200	70,33	200	13	10	14
	гарнир	310	картофель отварной	150	26,79	142	4	4	20
	сладкое			0	0,00	0	0	0	0
	хлеб бел.	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
	хлеб черн.			0	0,00	0	0	0	0
	гор.напиток	349	компот	200	5,64	132	1	0	32
				960	155,00	799	25	25	102