



Яровенко Е.А.

Школа

МБОУ СОШ с. Аван

Отд./корп

День

09.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	каша молочная рис, пшено	230	36,87	330	8	10	34
	гор.напиток	382	какао с молоком	200	20,12	117	3	1	22
	хлеб	88	хлеб с маслом и сыром	80	32,01	226	8	8	20
				510	89,00	673	19	19	76
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	47	салат из квашенной капусты	100	19,77	113	4	6	10
	1 блюдо	84	борщ с фасолью	250	40,23	103	3	4	10
	2 блюдо	245	бефстроганов из мяса	95	64,83	210	11	9	19
	гарнир	309	макаронны отварные	150	12,56	142	3	5	15
	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	342	компот из груш	200	12,92	115	0	0	24
			855	155,00	800	25	25	102	