



Яровенко Е.А.

Школа МБОУ СОШ с. Аван Отд./корп День 02.02.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 215 | омлет с зеленым горошком | 190 | 45,99 | 330 | 10 | 10 | 36 |
| | гор.напиток | 381 | кофейный напиток | 200 | 17,66 | 60 | 0 | 0 | 14 |
| | хлеб | 73 | хлеб с сыром | 70 | 10,39 | 226 | 8 | 8 | 20 |
| | | пром | печенье | 60 | 14,96 | 54 | 1 | 1 | 6 |
| | | | | 520 | 89,00 | 670 | 19 | 19 | 76 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 45 | салат из капусты б/к | 100 | 8,69 | 94 | 2 | 3 | 10 |
| | 1 блюдо | 118 | суп с клецками | 250 | 39,29 | 103 | 3 | 4 | 10 |
| | 2 блюдо | 261 | печень тушенная в соусе | 160 | 50,50 | 210 | 8 | 8 | 15 |
| | гарнир | 302 | каша гречневая | 150 | 13,83 | 142 | 3 | 5 | 14 |
| | сладкое | пром | вафли | 90 | 25,98 | 19 | 5 | 4 | 8 |
| | 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 свежих яблок | 200 | 12,02 | 115 | 0 | 0 | 21 |
| | | | | 1010 | 155,00 | 800 | 25 | 25 | 102 |