Яровенко Е.А.

Школа МБОУ СОШ с. Аван Отд./корп День 22.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	пудинг творожный с повидлом	270	79,88	408	15	18	38
	гор.напиток	377	чай с лимоном	200	4,43	60	0	0	14
	хлеб	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
				530	89,00	585	19	19	76
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	пром	кукуруза консервированная	100	20,72	176	3	4	7
	1 блюдо	98	суп крестьянский	200	34,11	103	3	4	10
	2 блюдо	246	гуляш	90	59,13	196	9	8	18
	гарнир	316	овощи притушенные	150	18,93	142	3	5	15
	сладкое	пром	печенье	60	8,58	115	3	3	6
	хлеб бел.	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
	хлеб черн.			0	0,00	0	0	0	0
	гор.напиток	338	напиток из шиповника	200	8,84	115	0	0	22
				860	155,00	964	25	25	102