



Яровенко Е.А.

Школа МБОУ СОШ с. Аван Отд./корп День 10.04.2024

| 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 |