



Яровенко Е.А.

Школа МБОУ СОШ с. Аван Отд./корп   День 2 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302,243	каша гречневая и шницель из курицы	300	73,53	450	14	18	38
	гор.напиток	376	чай	200	1,90	60	1	0	14
	хлеб	88	хлеб	90	13,57	117	4	1	24
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	23	салат из свежих овощей	100	17,49	78	4	6	11
	1 блюдо	99	суп гороховый	200	45,95	95	3	4	10
	2 блюдо	274	зразы рубленныес соусом сметанным	120	64,76	256	11	9	20
	гарнир	309	макаронные изделия отварные	150	13,19	197	3	5	15
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	хлеб	90	4,69	117	4	1	24
	хлеб черн.								
	гор.напиток								
	напиток	388	напиток из шиповника	200	8,92	65	0	0	22