



Яровенко Е.А.

Школа МБОУ СОШ с. Аван Отд./корп День 7 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	каша молочная рисовая	200	28,33	330	3	4	36
	гор.напиток	381	напиток кофейный на молоке	200	17,66	60	4	3	12
	хлеб	88	хлеб с маслом и сыром	110	32,01	226	8	7	28
		209	яйцо отварное	60	11,00	63	4	5	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	47	салат из квашенной капусты с луком	100	19,77	113	4	6	10
	1 блюдо	84	борщ с фасолью	200	40,23	103	3	4	10
	2 блюдо	245	биточки из курицы	100	64,83	210	11	9	19
	гарнир	309	макаронные изд.отварные	150	12,56	142	3	5	15
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	хлеб	90	4,69	117	4	1	24
	хлеб черн.			0	0,00	0	0	0	0
	напиток	342	компот из сухофруктов	200	12,92	115	0	0	24
				840	155,00	800	25	25	102