



Яровенко Е.А.

Школа МБОУ СОШ с. Аван Отд./корп   День 8 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	пудинг творожный с яблоками	200	73,82	408	12	12	38
	гор.напиток	376	напиток витаминизированный Витошка	200	4,49	60	0	0	14
	хлеб	пром	хлеб с маслом	100	10,69	226	7	7	24
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	23	салат из свежих овощей	100	17,49	78	4	6	9
	1 блюдо	106	суп с рыбными консервами	200	30,11	145	5	6	11
	2 блюдо	246	курица тушеная с морковью	90	59,74	196	7	7	14
	гарнир	302	картофельное пюре	200	17,05	142	4	5	12
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	хлеб	90	4,69	117	4	1	24
	хлеб черн.			0			0	0	0
	напиток	338	напиток из шиповника	200	8,84	0	0	0	22
	фрукты	пром	фрукт	150	17,08	55	1	0	10