



Яровенко Е.А.

Школа **МБОУ СОШ с. Аван** Отд./корп День **9 день**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	215	макаронные изделия с сыром	200	49,65	220	5	5	38
	гор.напиток	381	напиток кофейный на молоке	200	17,66	100	4	3	14
	хлеб	пром	хлеб с маслом	100	10,69	226	6	6	24
		209	яйцо отварное	60	11,00	63	4	5	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50	салат из свежей капусты с морковью	100	24,93	120	4	9	14
	1 блюдо	99	суп гороховый	200	45,95	95	3	4	9
	2 блюдо								
	гарнир	259	ленивые голубцы	200	66,51	315	14	11	31
	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
				790	155,00	762	25	25	102