



Яровенко Е.А.

Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	285	макаронник с мясом	240	61,43	280	11	12	14
	гор.напиток	379	кофейный напиток	200	14,20	155	4	2	32
	хлеб	88	хлеб со маслом сливочным	70	13,37	180	4	5	30
Завтрак 2	фрукты								
	закуска								
	закуска								
Обед	закуска	9	салат из моркови с яблоком	100	16,29	52	1	5	6
	1 блюдо	111	суп с макаронными изделиями	200	27,92	65	2	2	13
	2 блюдо	288	птица отварная с соусом	90	45,04	122	15	14	9
	гарнир	307	бобовые отварые с луком	150	10,98	180	4	5	19
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	хлеб	70	4,69	107	4	1	24
	хлеб черн.								
	напиток	пром	сок	200	19,00	106	1	0	25
	фрукты	пром	яблоко	150	31,08	58	0	0	12