



Яровенко Е.А.

Школа **МБОУ СОШ с. Аван** Отд./корп  День **15.12.2022**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	285	макаронник с мясом	240	61,29	301	11	12	14
	гор.напиток	379	кофейный напиток	200	14,34	172	4	2	32
	хлеб	88	хлеб со маслом сливочным	70	13,37	197	4	5	30
					89,00	670	19	19	76
Завтрак 2	фрукты								
	закуска								
	закуска								
Обед	закуска	9	салат из моркови с яблоком	100	16,29	81	1	5	8
	1 блюдо	111	суп с макаронными изделиями	200	27,92	92	2	2	6
	2 блюдо	288	птица отварная с соусом	90	45,04	163	14	12	36
	гарнир	307	бобовые отварные с луком	150	10,98	210	4	5	15
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	хлеб	70	4,69	127	3	1	24
	хлеб черн.								
	напиток	пром	сок	200	19,00	136	1	1	21
фрукты	пром	яблоко	150	31,08	45	0	0	11	