Яровенко Е.А.

Школа	МБОУ СОШ с. Аван	Отд./корп		День	19.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	каша гречневая с колбасными изделиями	200	54,12	273	11	8	27
	гор.напиток	376	чай	200	1,95	49	0	0	15
	хлеб	88	хлеб с маслом	70	13,37	163	3	4	26
	сладкое	пром	печенье	40	8,56	124	2	5	7
		209	яйцо вареное	60	11,00	61	3	2	1
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	23	салат из свежих помидор	100	20,98	78	1	6	6
	1 блюдо	99	суп из овощей	250	37,74	95	3	4	8
	2 блюдо	274	зразы рубленные	90	71,68	209	10	9	12
	гарнир	309	макароны отварные	170	13,19	191	6	5	28
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	хлеб	70	4,69	127	4	1	24
	хлеб черн.								
	гор.напиток	388	напиток из шиповника	200	6,72	88	1	0	22