Яровенко Е.А.

Школа	МБОУ СОШ с. Аван	Отд./корп		День	08.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	161	рулет картофельный с овощами	160	20,60	181	10	7	15
	гор.напиток	389	компот	200	5,76	136	0	1	17
	хлеб	88	хлеб с маслом	70	13,37	180	4	6	24
	фрукты	пром	яблоко	150	31,09	79	0	0	12
		386	киломолочный продукт	100	18,18	100	5	5	8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	24	салат из свежих помидор	100	20,68	78	1	5	6
	1 блюдо	88	щи из свежей капусты	250	38,18	136	2	3	8
	2 блюдо	229	рыба тушенная в томате	200	40,52	189	10	7	16
	гарнир	310	картофель отварной	150	21,10	126	3	4	20
	сладкое	пром	печенье	70	18,42	252	4	5	12
	хлеб бел.	пром	хлеб	60	4,69	124	4	1	24
	хлеб черн.								
	гор.напиток	349	компот	200	11,41	123	1	0	18