

Е.А.



Яровенко Е.А.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	261	рис отварной с печенью тушенной в соусе	240	55,38	349	8	9	31
	гор.напиток	377	чай с лимоном	200	4,05	62	0	0	13
	хлеб	пром	хлеб	60	4,69	117	4	1	24
		пром	ветчина в/к	30	24,88	142	7	9	8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	47	салат из квашенной капусты с луком	100	25,43	86	2	3	6
	1 блюдо	84	борщ с фасолью	250	41,10	128	5	3	11
	2 блюдо	245	бефстроганов из мяса	95	62,62	161	11	9	18
	гарнир	309	макароны отварные	150	9,75	195	4	5	18
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	хлеб	60	4,69	117	3	5	24
	хлеб черн.								
	гор.напиток	342	компот	200	11,41	109	0	0	24