



Яровенко Е.А.

Школа		МБОУ СОШ с. Аван			Отд./корп	День				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	285	макаронник с мясом	240	53,22	279	10	10	19	
	гор.напиток	379	кофейный напиток	200	14,98	155	3	2	32	
	хлеб	3	хлеб с сыром	70	10,84	163	4	3	17	
	пром		печенье	40	9,96	173	2	4	8	
Завтрак 2	фрукты									
	закуска									
	закуска									
Обед	закуска	9	салат из моркови с яблоком	100	16,29	81	1	5	7	
	1 блюдо	111	суп с макаронными изделиями	200	27,92	92	2	2	5	
	2 блюдо	288	птица отварная с соусом	90	45,04	163	14	12	32	
	гарнир	307	бобовые отварные с луком	150	10,98	210	4	5	14	
	сладкое									
	хлеб бел.	пром	хлеб	70	4,69	127	3	1	23	
	хлеб черн.									
	напиток	пром	сок	200	19,00	136	1	1	19	
	фрукты	пром	фрукты	150	31,08	45	0	0	9	