Школа	-	Отд./корп		Дата	03.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	133	Омлет с зеленым горошком	205	48,40	231	14	17	7
	гор.напиток	285	Кофейный напиток	228	10,46	132	2	2	26
	хлеб	319/365	Хлеб пшеничный, сдоба обыкновенная	100	14,60	350	8	11	55
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Салат из свежей капусты с морковью	60	4,47	42	1	3	3
	1 блюдо	51	Суп крестьянский с крупой	200	5,83	112	2	6	12
	2 блюдо	303	Суфле рыбное	90	26,29	101	13	5	3
	гарнир	241	Картофельное пюре	150	14,76	160	3	6	23
	напиток	282	Компот из свежих яблок	200	8,29	115	0	0	28
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	45	3,11	137	5	1	30
	хлеб черн.		Хлеб ржано - пшеничный	45	3,27	141	5	0	30
Полдник	булочное	376	Бутерброд с сыром	90	40,71	304	13	19	20
	напиток	294	Чай с сахаром и лимоном	222	3,16	62	0	0	15
Ужин	гор.блюдо	200	Тефтели из говядины в молочном соусе	130	45,10	281	17	19	11
	гарнир	227	Макароны отварные с маслом	150	8,18	211	6	5	35
	напиток	300	Чай с сахаром	215	1,68	49	0	0	12
	хлеб		Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	60	4,25	185	6	1	40
Ужин 2	кисломол.	260	Молоко кипяченое	200	11,34	117	6	6	9
	булочное								
	напиток	293	Сок фруктовый	200	21,00	90	0	0	20
	фрукты								

This version of Total Excel Converter is unregistered.