Школа	МБОУ С(К)ШИ	Отд./корп		Дата	18.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	114	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	205	13,51	210	5	7	33
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	1,68	49	0	0	12
	хлеб		Хлеб пшеничный, яйцо вареное	100	14,36	208	10	11	30
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	246	Огурцы свежие в нарезке	60	11,66	8	0	0	2
	1 блюдо	45	Суп картофельный с горохом	200	7,60	79	2	3	11
	2 блюдо	180	Гуляш из говядины	90	72,24	332	22	24	7
	гарнир	219	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,98	264	9	5	45
	напиток	283	Компот из смеси сухофруктов	200	5,21	114	1	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	307	Булочка "Веснушка"	100	7,00	332	8	7	59
	напиток	293	Сок фруктовый	200	11,32	88	1	0	22
Ужин	гор.блюдо	178	Голубцы ленивые	130	26,86	137	8	9	6
	гарнир	241	Картофельное пюре	200	14,76	160	3	6	23
	напиток	300	Чай с сахаром	215	1,68	49	0	0	12
	хлеб		Хлеб пшеничный, хлеб ржано-пшеничный	60	4,25	185	6	1	40
Ужин 2	кисломол.		Кефир	200	12,20	164	4	5	28
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

This version of Total Excel Converter is unregistered.