Школа	-	Отд./корп		Дата	09.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	106	Каша манная молочная	205	10,67	245	7	7	39
	гор.напиток	300	Чай с сахаром	215	1,68	49	0	0	12
	хлеб	380	Вафли , хлеб пшеничный	110	17,18	361	5	16	51
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	22	Салат из свежих помидоров	60	12,66	68	1	6	3
	1 блюдо	46	Суп картофельный с клецками	230	7,38	90	3	3	13
	2 блюдо	303	Суфле рыбное	90	27,47	101	13	5	3
	гарнир	241	Картофельное пюре	150	14,76	160	3	6	23
	напиток	293	Сок фруктовый	200	12,00	88	1	0	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	45	3,11	137	5	1	30
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	45	3,27	141	5	0	30
Полдник	булочное	335	Пирожок с повидлом	80	11,82	226	6	5	39
	напиток	294	Чай с сахаром и лимоном	222	3,16	62	0	0	15
Ужин	гор.блюдо	212	Кура отварная	95	31,96	312	23	23	1
	гарнир	224	Рис отварной	150	11,24	225	3	5	40
	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	293	Сок фруктовый	200	21,00	90	0	0	20
	фрукты								

This version of Total Excel Converter is unregistered.