Школа - Отд./корп Дата 10.10..2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	115	Каша ячневая молочная	205	11,42	247	7	7	40
	гор.напиток	285	Кофейный напиток	228	10,46	132	2	2	26
	хлеб	319,365	Сдоба обыкновенная с маслом, хлеб пшеничный	100	14,83	350	8	13	55
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	4	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	4,60	42	1	3	3
	1 блюдо	47	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	7,57	99	2	2	17
	2 блюдо	211	Плов из отварной птицы	240	54,90	854	43	52	47
	гарнир								
	напиток	289	Напиток из шиповника	200	8,08	47	1	0	21
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	45	3,11	137	5	1	30
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	45	3,27	141	5	0	30
Полдник	булочное	318	Коржик	80	14,09	323	5	9	54
	напиток	294	Чай с сахаром и лимоном	222	3,16	62	0	0	15
Ужин	гор.блюдо	189	Котлета из говядины	90	53,66	227	14	15	7
	гарнир	210	Капуста тушеная	150	12,74	52	2	2	8
	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.