

Амбергудано: Директор школы Амбергудано  
 Школа Амбергудано: Амбергудано



Т. М. Воробьева

Школа Амбергудано Амбергудано Отд./корп Амбергудано День 28.04.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	347	Мини сосиски с сыром	200	9	287,40	8,56	14,6	21,22
	гор.напиток	435	Чаша с мясом и сыром	200	4,5	81	1,5	1,3	15,9
	хлеб	101	Хлеб мясной	50	2,2	117,5	3,8	0,4	24,6
		112	Сырок	100	5,70	62,9	8,4	6,4	13,06
Завтрак 2	фрукты		Мини зельтерс	550	29,20	518,8	19,26	16,22	85,88
	Напиток								
Обед	закуска	59	Салат из свеклы с мор.	100	4	187	1,5	10,1	8,5
	1 блюдо								
	2 блюдо	345	Котлета мясная	90	16	191,70	6,57	1,89	8,64
	гарнир	429	Картофель	150	13	138	3,95	6,6	16,85
	соус	642	Соус сметанный	50	1	57,66	0,76	5,21	1,69
	хлеб бел.	108	Хлеб мясной	50	2	117,5	3,8	6,4	24,6
	хлеб черн.	109	Хлеб ржаной	50	2,0	82	3,3	4,6	16,72
	напиток	518	Сок	200	20	82	1	6,2	0,2
			Итого обед:	690	48	1298,6	26,02	25,19	76,68
			Итого день:	1240	192	1273,66	40,28	41,91	161,76

Завтрак: 89