

Инвертуемые: Виремер, шовь Арменская роща



М.А. Вокрежна

Школа: 115099 Арменская РШ

Отд./корп: 100

Дата: 02.05.23

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | | |
|-------------|-------------|--------|---------------------------|---------|-------|--------------|-------|--------|----------|-------|--------|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | | | |
| | гор.напиток | | | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | 112 | Ананас + апельсины | 150+100 | 15+18 | 797 | 12 | 12 | 2940 | | |
| | Напиток | | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 19 | Салат из свеклы и моркови | 100 | 12 | 69 | 0,9 | 5,1 | 3,6 | | |
| | 1 блюдо | 42 | Томатная суп-пюре, котлет | 100 | 24 | 188,57 | 15 | 19,71 | 9,28 | | |
| | 2 блюдо | 453 | Макаронный салат | 180 | 5,50 | 173,88 | 6,79 | 1,8 | 34,84 | | |
| | гарнир | 184 | Пшеничный соус | 50 | 0,50 | 32,48 | 0,53 | 1,05 | 3,45 | | |
| | соус | 184 | Кисель бел. | 50 | 2 | 114,15 | 3,8 | 0,4 | 24,5 | | |
| | хлеб бел. | 184 | Хлеб черн. | 50 | 20 | 87 | 3,3 | 0,8 | 16,50 | | |
| | напиток | 578 | Чай | 200 | 10 | 92 | 3,1 | 0,2 | 0,2 | | |
| Итого обед: | | | | | | 1080 | 92 | 896,85 | 32,49 | 20,86 | 122,04 |

«Инвертуемые»

Арменская РШ