

Инверсия: диаметр 100%, Античная еда! Дефюзер Т.И. Вудрина



Школа

МБОУ Античная еда!

Отд./корп

Генерал

День 10.08.2014

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	268	Каша перловая на молоке	200	9	229,40	5,23	2,21	38,40	
	гор.напиток	495	чай с сахаром	200	5	101,48	1,68	1,43	17,49	
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	50	2	142,5	3,8	0,9	24,6	
		112	Сливки	150	15,0	8	0,6	0,6	14,70	
Завтрак 2	фрукты		ябло яблоки	500	31,0	526,15	11,58	14,04	24,79	
	Напиток									
Обед	закуска	1	Салат из капусты с яйцом	100	4,50	136	2,1	10,1	9,20	
	1 блюдо									
	2 блюдо	381	Пюре из картофеля	90	50	237,40	7,6	15,75	12,84	
	гарнир	201	Макароны с сыром	750	5	244,9	5,68	0,68	29,03	
	соус	453	Мясной соус	50	0,50	321,8	0,53	1,85	3,45	
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	50	2	142,5	3,8	0,9	24,6	
	хлеб черн.	109	Хлеб пшеничный	50	2	87	3,3	0,6	16,70	
	напиток	518	Сок	200	14,00	92	1	0,2	0,2	
				Сливки 10%	500	8,2	57,60	3,38	29,58	4,52
				Итого гов!	1290	1120	1393,75	13,96	10,2	169,71

Ин. Иванова Деф-