

Школа

МБОУ "Энтузиастская школа им. В.И.Шибанкова"

Отд./корп

1-4

День

07.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		сырники со сметаной	180-13	39,01	257	12	11	38
	гор.напиток	684	чай сладкий	200	2,95	58	0	0	14
	хлеб								
	фрукты		сок	200	34,00	110	1	0	34
	закуска		яйцо отварное	60	9,00	112	9	8	1
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			653	84,96	537			
Обед	закуска		огурец свежий	60	0,15	8	0	0	1
	1 блюдо	206	рассольник со сметаной	250-8	11,80	136	3	5	20
	2 блюдо		рыба жареная	100	36,84	138	17	7	0
	гарнир	512	рис отварной с с/м	180-2	6,43	209	4	6	25
	сладкое	639	компот	200	1,87	116	1	0	29
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	41	2,25	90	4	1	19
	фрукты								
ИТОГО			841	59,34	736				