

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

9/12/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	733	оладьи с джемом	180-15	21.87	290	6	9	47
	гор.напиток		чай	200	3.47	58	0	0	11
	хлеб			35	13.94	130	1	5	20
	фрукты		банан	245	33.04	235	2	1	22
	закуска		салат из свеклы	100	0.46	70	2	2	11
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			740	58.84	653			
Обед	закуска		помидор свежий	50	0.20	26	1	3	5
	1 блюдо		суп картофельный	250	6.44	201	5	9	18
	2 блюдо		котлета	90	23.95	270	18	18	6
	гарнир		гороховое пюре с с/м	180-2	5.04	257	18	2	42
	сладкое		сок	200	4.20	110	1	0	34
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	41	2.40	90	4	1	19
	фрукты								
	ИТОГО			813	42.23	965			