

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

9/13/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		голень припущенная	150	37.35	174	14	3	10
	гор.напиток		чай	200	2.71	58	0	0	11
	хлеб		пшеничный	34	2.84	92	3	1	18
	фрукты		киви	120	39.91	67	1	1	12
	гарнир		макароны отварные с с/м	180-4	5.72	202	5	6	33
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			688	88.53	593			
Обед	закуска		салат из помидоров и огурцов	100	0.20	49	1	6	2
	1 блюдо		суп гороховый	250	7.26	198	6	8	25
	2 блюдо		картофель тушеный	180	28.79	420	15	14	25
	гарнир								
	сладкое		компот	200	1.87	116	1	0	29
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	41	2.40	90	4	1	19
	фрукты								
	ИТОГО			771	40.52	873			