

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

9/19/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	733	оладьи со сгущенкой	180-15	17.34	538	13	16	89
	гор.напиток	692	кофейный напиток	200	7.34	152	3	4	29
	хлеб								
	фрукты								
	закуска		салат из моркови	100	0.15	103	3	3	16
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое		знфир	61	17.70	195	1	0	49
	ИТОГО			556	42.23	988			
Обед	закуска								
	1 блюдо	197	щи со сметаной	250-8	7.92	132	10	13	11
	2 блюдо	437	гуляш	90	19.48	212	22	30	36
	гарнир	405	греча отварная с с/м	180-2	6.70	279	9	9	44
	сладкое		сок	200	11.00	110	1	0	34
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	41	2.34	90	4	1	19
	фрукты								
	ИТОГО			771	47.44	823			