

Школа МБОУ "Энтузиастская школа им. В.И.Шибанкова" Отд./корп 1-4 День 9/26/2023

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								
	фрукты		банан	245	38.04	235	2	1	22
	закуска		салат из свеклы	100	0.46	70	2	2	11
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			740	63.84	653			
Обед	закуска		помидор свежий	60	0.20	44	2	5	10
	1 блюдо		суп картофельный	250	6.45	201	5	9	18
	2 блюдо		котлета	100	23.95	300	20	19	19
	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	60	2.40	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			852	42.24	1044			