

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

10/4/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	516	макароны с сыром	180-30	18.00	317	13	10	42
	гор.напиток	684	чай сладкий	200	2.73	58	0	0	14
	хлеб		пшеничный	50	3.74	135	4	1	26
	фрукты		банан	240	36.00	231	2	1	22
	закуска		салат из капусты	100	0.40	33	3	3	13
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			800	60.87	774			
Обед	закуска	20	салат из огурцов и помидоров	100	0.20	49	1	6	2
	1 блюдо	176	борщ со сметаной	250-8	7.45	200	7	13	11
	2 блюдо	451	котлета	100	24.00	300	20	19	19
	гарнир	520	картофельное пюре	180-2	3.65	109	2	5	15
	сладкое	639	компот	200	1.87	116	1	0	29
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2.31	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			900	39.48	906			