

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

10/9/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша геркулесовая	180-4	13.31	202	5	6	33
	гор.напиток		чай	200	2.83	58	0	0	14
	хлеб		бутерброд с с/м	50-10	9.87	138	1	11	8
	фрукты		мандарин	100	37.61	40	0	0	86
	закуска								
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			544	63.62	438			
Обед	закуска								
	1 блюдо		суп рыбный	250	8.22	5	8	7	23
	2 блюдо		гуляш	100	19.01	236	24	33	38
	гарнир		макароны отварные с с/м	180-2	4.05	257	19	24	43
	сладкое		кисель	200	6.60	116	1	0	29
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2.37	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			792	40.25	922			