

Школа МБОУ "Энтузиастская школа им. В.И.Шибанкова" Отд./корп 1-4 День 10/10/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	733	оладьи с джемом	180-15	17.33	290	6	9	47
	гор.напиток		чай	200	2.83	58	0	0	11
	хлеб								
	фрукты		банан	245	27.75	235	2	1	22
	закуска		салат из свеклы	100	0.40	94	1	6	4
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			745	48.31	574			
Обед	закуска		помидор свежий	60	6.86	37	2	7	15
	1 блюдо		суп картофельный	250	7.42	201	5	9	18
	2 блюдо		котлета	100	24.02	300	20	19	19
	гарнир		гороховое пюре с с/м	180-2	4.61	257	18	2	42
	сладкое		сок	200	11.60	110	1	0	34
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2.37	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			852	56.88	1037			