

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

10/25/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		голень припущенная	150	39.80	174	14	3	10
	гор.напиток		чай	200	2.76	58	0	0	11
	хлеб		пшеничный	20	3.50	135	4	1	26
	фрукты		мандарин	100	22.00	47	1	0	8
	гарнир		макароны отварные с с/м	180-4	5.00	202	5	6	33
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			684	73.06	616			
Обед	закуска		салат из помидоров и огурцов	100	13.35	49	1	6	2
	1 блюдо		суп гороховый	250	8.11	198	6	8	25
	2 блюдо		картофель тушеный	180	27.15	420	15	14	25
	гарнир								
	сладкое		компот	200	2.71	116	1	0	29
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2.30	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			790	53.62	915			