

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

10/27/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша гречневая с с/м	180-4	15.02	202	5	6	33
	гор.напиток		чай	200	2.76	58	0	0	11
	хлеб		пшеничный	50	3.50	135	4	1	26
	фрукты		яблоко	150	20.08	64	1	1	14
	закуска								
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое		выпечка	100	16.75	156	6	9	30
	ИТОГО			684	58.11	615			
Обед	закуска								
	1 блюдо		суп молочный вермишелевый	250	7.10	161	6	6	21
	2 блюдо		плов	200	24.70	429	20	19	45
	гарнир								
	сладкое		зефир	61	17.70	195	1	0	49
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2.30	132	5	1	27
	гор. Напиток		компот	200	2.71	116	1	0	29
	ИТОГО			751	54.51	1033			