

Школа МБОУ "Энтузиастская школа им. В.И.Шибанкова" Отд./корп 1-4 День 11/9/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		запеканка творожная со сметаной	180-15	40.50	419	25	18	39
	гор.напиток		напиток кофейный	200	7.50	111	2	2	21
	хлеб								
	фрукты		яблоко	155	20.01	66	1	1	14
	закуска								
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			550	68.01	596			
Обед	закуска								
	1 блюдо		борщ со сметаной	250-8	9.00	200	7	13	11
	2 блюдо		сотэ мясное	100	23.04	427	21	28	32
	гарнир		макароны отварные с с/м	180-2	5.00	202	5	6	33
	сладкое		чай	200	2.76	58	0	0	11
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2.30	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			800	42.10	1019			