

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

11/16/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		сырники со сметаной	180-15	42.60	257	12	11	38
	гор.напиток		чай	200	2.76	58	0	0	11
	хлеб			35	13.94	130	1	5	20
	фрукты		z,kjrj	150	20.50	64	1	1	14
	закуска		яйцо	60	11.00	112	9	8	1
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			605	76.86	491			
Обед	закуска		салат из огурцов	60	7.00	18	0	3	2
	1 блюдо		рассольник со сметаной	250-8	8.00	136	3	5	20
	2 блюдо		рыба жареная	100	36.00	178	22	10	0
	гарнир		рис отварной с с\м	180-2	7.56	209	4	6	25
	сладкое		компот	200	2.00	116	1	0	29
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2.30	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			860	62.86	789			