

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

1/25/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		сырники со сметаной	180-15	42.00	257	12	11	38
	гор.напиток		чай	200	2.76	58	0	0	11
	хлеб								
	фрукты		мандарин	100	37.00	40	0	0	86
	закуска		яйцо	60	15.00	112	9	8	1
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			555	96.76	606			
Обед	закуска		помидор свежий	100	7.50	37	2	7	15
	1 блюдо		рассольник со сметаной	250-8	8.00	136	3	5	20
	2 блюдо		рыба жареная	100	34.00	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			900	61.36	768			