

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

1/29/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша геркулесовая	180-4	16.00	202	5	6	33
	гор.напиток		чай	200	2.76	58	0	0	14
	хлеб		бутерброд с с/м	50-10	12.50	124	1	10	7
	фрукты		мандарин	100	21.00	48	1	0	8
	закуска								
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое		зефир	60	18.00	195	1	0	49
	ИТОГО			604	70.26	627			
Обед	закуска								
	1 блюдо		суп рыбный	250	12.00	181	8	7	23
	2 блюдо		гуляш	100	24.00	234	24	33	38
	гарнир		макароны отварные с с/м	180-2	5.00	257	19	24	43
	сладкое		кисель	200	6.50	116	1	0	29
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2.30	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			792	49.80	920			