

Школа **МБОУ "Энтузиастская школа им. В.И.Шибанкова"** Отд./корп **1-4** День **4/9/2024**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	733	оладьи со сгущенным молоком	195	21.00	538	13	16	89
	гор.напиток	692	кофейный напиток	200	8.50	152	3	4	29
	хлеб								
	фрукты		фрукты	100	25.00	40	0	0	86
	закуска		салат из моркови	100	10.00	103	3	3	16
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			595	64.50	833			
Обед	закуска	13	помидод свежий	60	11.00	44	2	5	10
	1 блюдо	197	щи со сметаной	258	8.00	132	10	13	11
	2 блюдо	437	гуляш	100	21.00	212	22	30	36
	гарнир	405	греча отварная с с/м	182	7.00	279	9	9	44
	напиток		сок	200	11.00	110	1	0	34
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2.30	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			860	60.30	913	55	62	151