

Школа **МБОУ "Энтузиастская школа им. В.И.Шибанкова"** Отд./корп **1-4** День **4/10/2024**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		макароны с сыром	210	18.00	317	13	10	42
	гор.напиток	684	чай	200	3.00	58	0	0	11
	хлеб		пшеничный	50	3.50	135	4	1	26
	фрукты		фрукты	120	39.00	66	1	1	12
	закуска	43	салат из капусты	100	3.50	33	3	3	13
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			680	67.00	609	21	15	104
Обед	закуска	15	салат из огурцов и помидоров	100	19.00	49	1	6	2
	1 блюдо	176	борщ со сметаной	258	9.00	200	6	13	11
	2 блюдо	608	котлета	100	24.00	300	20	19	19
	гарнир	326	картофельное пюре с с/м	182	10.00	109	2	5	15
	гор. напиток	639	компот	200	3.50	116	1	0	29
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2.30	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			900	67.80	906	35	44	103