

Школа

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

Отд./корп 1-4

День

10.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	362	запеканка творожная со сметаной	195	46,00	419	25	18	39
	гор.напиток	692	кофейный напиток	200	10,00	111	2	2	21
	хлеб								
	фрукты		фрукты	155	25,00	66	1	1	14
	напиток		сок	200	34,00	110	1	0	34
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			750	115,00	706	29	21	108
Обед	закуска	19	помидор свежий	60	11,00	44	2	5	10
	1 блюдо	176	борщ со сметаной	258	9,00	200	7	13	11
	2 блюдо	451	сотэ мясное	100	23,00	384	21	28	32
	гарнир	516	макароны отварные с с/м	182	7,00	202	5	6	33
	сладкое	684	чай	200	3,00	58	0	0	11
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2,30	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			860	55,30	1020	40	53	124