

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

23.10.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | голень куриная припущенная | 150 | 54,00 | 174 | 14 | 3 | 10 |
| | гор.напиток | 684 | чай | 200 | 3,00 | 58 | 0 | 0 | 11 |
| | хлеб | | пшеничный | 50 | 3,50 | 135 | 4 | 1 | 26 |
| | фрукты | | фрукты | 120 | 42,00 | 66 | 1 | 1 | 12 |
| | гарнир | 516 | макароны отварные с с/м | 184 | 7,00 | 202 | 5 | 6 | 33 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | ИТОГО | | | 704 | 109,50 | 635 | 24 | 11 | 92 |
| Обед | закуска | 15 | салат из огурцов и помидоров | 100 | 19,00 | 49 | 1 | 6 | 2 |
| | 1 блюдо | | суп гороховый | 250 | 8,00 | 198 | 6 | 8 | 25 |
| | 2 блюдо | | картофель тушеный | 180 | 28,00 | 420 | 15 | 14 | 25 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | 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 | | | 790 | 60,80 | 915 | 28 | 29 | 108 |