

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

04.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	каша рисовая	180-4	12,46	247	6	12	32
	гор.напиток	684	чай сладкий	200	2,95	58	0	0	11
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	40-30	27,66	120	5	8	7
	сладкое		ломтишка	38	9,32	37	0	0	8
	фрукты		яблоко	174	22,43	274	6	20	48
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			666	74,82	735			
Обед	закуска								
	1 блюдо	221	суп гороховый	250	6,72	198	6	8	25
	2 блюдо	464	тефтели	90	23,09	346	27	36	64
	гарнир	516	макароны отварные с с/м	180-2	3,24	257	19	24	43
	сладкое	648	кисель	200	5,80	116	1	0	29
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	39	1,90	98	5	1	16
	сладкое								
	ИТОГО			761	40,75	900			