

Школа

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

Отд./корп

1-4

День

21.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	733	оладьи с джемом	195	24,00	321	7	11	37
	гор.напиток	684	чай	200	3,50	58	0	0	11
	хлеб								
	фрукты		фрукты	245	38,00	99	2	0	24
	закуска	33	салат из свеклы	100	3,20	94	1	6	4
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			740	68,70	572	10	17	76
Обед	закуска	13	помидор свежий	60	11,00	44	2	5	10
	1 блюдо	176	суп картофельный	250	6,50	201	5	9	18
	2 блюдо	330	котлета	100	24,00	300	20	19	19
	гарнир	608	гороховое пюре с с/м	182	5,00	257	18	2	42
	напиток		сок	200	9,00	110	1	0	34
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2,30	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			852	57,80	1044	51	36	150