

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ" *и.о. директора школы*Отд. *Школа**Школа**Школа*

3 День

03.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Плов из птицы	320	80,00	432	16,5	22,4	38,7
	гор.блюдо								
	гор.напиток		Компот из сухофруктов	200	20,00	58	0,2	0,0	15,0
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	5,00	99	3,1	0,5	20,6
	закуска		Овощи сезонно порционно (свежие и соленые огурцы или помидоры, квашеная капуста, вареная морковь или свекла)	100	20,00	18	1,1	0,0	2,3
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
		Итого			582	125,0	513	19,1	16,0