И.о. директора Д.О. Ширина

Школа МКОУ "Зензеватская СШ" Отд./корп 4 День 18.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Блюдо из рыбы: Рыба тушеная в томате с овощами	100	55, 00	175	10, 2	12, 9	13, 3
	гор.блюдо		Картофель отварной	200	50, 00	193	3, 8	5, 7	30, 1
	гор.напиток		Чай с лимоном	200	15, 00	60	0, 3	0	15, 2
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	5, 00	116	4, 0	0, 5	21, 1
	закуска								
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
		Итого		550	125, 0	544	18, 3	19, 1	80, 3