

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ" *И.О. директора школа*

Отд./корп



8 День

24.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Жаркое по-домашнему	250	80,00	406	14,3	20,5	53,4
	гор.блюдо								
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	15,00	58	0,2	0,0	15,00
	хлеб		Хлеб из муки пшеничный	50	5,00	116	4,0	0,5	21,1
	закуска		Овощи сезонные порционно (свежие и соленые огурцы или помидоры, квашеная капуста, вареная морковь или свекла)	100	25,00	6	0,5	0,1	1,0
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Итого			600	125,0	586	19,0	21,1	90,6