И.о. директора ИРО ДО Ширина

Школа МКОУ "Зензеватская СШ" Отд./корп 2 День 30.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Тефтели с рисом и соусом томатным	120	70, 0	206	10, 9	10, 9	13, 5
	гор.блюдо		Каша гречневая вязкая	150	15, 0	126	4, 0	4, 5	17, 7
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	15, 0	58	0, 2	0, 0	15, 0
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	5, 0	99	3, 1	0, 5	20, 6
	закуска		Свекла отварная с маслом растительным	62	20, 0	24	0, 9	0, 1	5, 1
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
		Итого		582	125, 0	513	19, 1	16, 0	72, 0