

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ" *директор школы*

Отд./корп



8 День

24.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	259	Жаркое по-домашнему	230		350,75	14,3	20,5	53,4
	гор.блюдо								
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	15	58	0,2	0	15
	хлеб	6	Хлеб из муки пшеничной	50	5	116	4	0,5	21,1
	закуска	1	Овощи сезонные порционно (свежие и соленые огурцы или помидоры, квашеная капуста, вареная морковь или свекла)	100	25	6	0,5	0,1	1
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Итого			580	45	530,75	19	21,1	90,5