

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ" *директор школы*

Отд./Корп



*Исчерпано*

3 День

03.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	492	Плов из птицы	220		432,25	16,5	22,4	38,7
	гор.блюдо								
	гор.напиток	53	Компот из сухофруктов	200		66,4	0,3	0	16
	хлеб	7	Хлеб ржано-пшеничный	50		99	3,13	0,5	20,63
	закуска	27	Овощи сезонно порционно (свежие и соленые огурцы или помидоры, квашеная капуста, вареная морковь или свекла)	100		18	1,1	0	2,3
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Итого			570	133	615,65	21,03	22,9	77,63