

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ"

*директор школы*

Отд./корп

*Мерина Д.В.*

4 День

06.11.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	106	Рыба тушеная в томате с овощами	100		175	10,2	12,9	13,3
	гор.блюдо	310	Картофель отварной	180		170,32	3,42	5,06	27,61
	гор.напиток	686	Чай с лимоном	200		60	0,3	0	15,2
	хлеб	6	Хлеб пшеничный	50		116,33	3,95	0,5	21,15
	закуска								
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Итого			530	133	521,65	17,87	18,46	77,26