Школа МКОУ "Зензеватская СШ" директор школы Отд./корп ИДО Ширина Д.О. День 22.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная из рисовой муки с маслом сливочным	150		156	7	8	24
	гор.напиток	774	Кофейный напиток злаковый на молоке	200		124	4	2	26
	хлеб	2	Бутерброд с повидлом	55		156	4	6	28
	фрукты	338	Плоды свежие	100		96	2	1	21
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
				505	134,00	532	16	16	99