Школа МКОУ "Зензеватская СШ" директор школы Отд./корп. Шарина Р.О. 7 День 03.02.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	580	Гуляш из мяса птицы	100		126	8,4	10,3	9,4
	гор.блюдо	309	Макаронные изделия отварные	150		221	5,3	6,2	35,3
	гор.напиток	ТТК 23А	Чай каркаде с сахаром	200		58	0,3	0	15
	хлеб	23	Хлеб из пшеничной муки	30		66	2,1	0,6	13,2
	закуска	т.24	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	60		26	0,9	0,1	5,3
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
		Итого		540	134	497	17	17,2	78,2