Школа МКОУ "Зензеватская СШ" директор школы Отд./корп. [illegible] Мирина Д.О. 8 День 18.02.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	622	Шницель рубленый куриный	90		189	11,7	11,2	14,6
	гор.блюдо	665	Рис с овощами	150		180	3,5	4,6	33,5
	гор.напиток	782	Чай с сахаром	200		40	0,2	0	10
	хлеб	23	Хлеб из муки пшеничной	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		530	134	501	18,4	16,5	76,6