

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ" *директор школы*

Отд./корп

Школа № 10 г. Зензеватка Д.О.

4 День

12.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	208	Лапшевник с творогом с соусом молочным	230		257	10,9	15,3	38,8
	конд.изд.		Кондитерские изделия (печенье)	30		91	3,8	4,1	14
	гор.напиток	ТТК 23А	Чай каркаде с сахаром	200		58	0,2	0	15
	хлеб	23	Хлеб из муки пшеничной	40		88	2,7	0,8	17,6
	закуска								
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Итого			500	134	494	17,6	20,2	85,4