Школа МКОУ "Зензеватская СШ" директор школы Отд./корп. Перо Шарина Д.О 5 День 13.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	т.24	Свекла вареная	60		26	0,9	0,1	5,3
	гор.блюдо	467	Котлеты или биточки рыбные любительские	90		179	11,7	10,6	8,6
	гор.напиток	783	Чай фруктовый	200		43	0,2	0	12,2
	хлеб	23	Хлеб из пшеничной муки	30		66	2,1	0,6	13,2
	гор.блюдо	310	Картофель отварной	150		176	3,6	5,8	28,6
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
		Итого		530	134	490	18,5	17,1	67,9