

Директор

Д.О. Ширкина



Школа

МКОУ "Зензеватская СШ"

Отд./корп

5 День 19.06.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182/2017	Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным	210		258	7,5	11,7	46,9
	гор.блюдо								
	гор.напиток	782/2022	Чай с сахаром	200		40	0,2	0	10
	хлеб	23/2022	Хлеб из муки пшеничной	40		100	3	1,2	20,6
	сладкое		Кондитерские изделия (вафли)	50		220	5	8,1	32,7
Завтрак 2									
		Итого		500		618	16	21	110
Обед	закуска	т.24/1996	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста ,вареные морковь или свекла) (огурцы свежие)	60		26	1	0	5
	1 блюдо	99/2017	Суп из овощей со сметаной прокипяченной	200		76	1	4	7
	2 блюдо	622/2022	Шницель рубленый куриный	90		210	13	11	12
	гарнир	306/2017	Горох отварной	150		235	14	8	44
	сладкое								
	хлеб бел.	23/2022	Хлеб из муки пшеничной	40		90	3	0	20
	хлеб черн.								
		820/2022	Компот из плодов сухих	200		124	1	0	31
		Итого		740		761	32,7	23,7	120,4