

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ" *МКОУ Д.О. Ширинки*

Отд./корп

8 День

08.09.26

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	622	Шницель рубленый куриный	100		210	13	12,4	16,2
	гор.блюдо	665	Рис с овощами	180		216	4,2	5,3	40,2
	гор.напиток		Напиток горячий (чай с сахаром, чай каркаде с сахаром, чай фруктовый с сахаром и тд)	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 огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	100		72	5	0,3	13,8
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Итого			610	137	604	24,5	18,6	93,4