Утверждаю
Директор МКОУ «Зензеватская СШ»: _____ Ширина Д.О.

6 День «5» 10 2026 г.

| № п/п | Наименование блюда | Выход, г. | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г. | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак (возрастная категория (_____) лет** | | | | | | |
| 1 | Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным | 210 | 10,8 | 11,7 | 37,1 | 284 |
| 2 | Кофейный напиток злаковый на молоке | 200 | 3 | 1,8 | 26 | 124 |
| 3 | Бутерброд с маслом | 40 | 4,5 | 7,5 | 14,9 | 136 |
| 4 | Плоды свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |