Утверждаю
Директор МКОУ «Зензеватская СШ»: _____Ширина Д.О.

5 День «06» 11 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак (возрастная категория (_____) лет						
1	Свекла вареная	100	5	0,3	13,8	72
2	Котлеты или биточки рыбные любительские	100	13,3	12,5	4,8	196
3	Чай фруктовый с сахаром	200	0,2	0	10,2	43
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,1	0,6	13,2	66
5	Картофель отварной	180	4,3	7	35	211