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

3 День «18» _____ 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак (возрастная категория (_____) лет						
1	Котлеты	100	13,7	16,4	13,1	256
2	Бобовые отварные	180	16,9	8,3	40,2	306
3	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0	15	58
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,1	0,6	13,2	66
5	Капуста квашеная	100	5	0,3	13,8	72