

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ"

Отд./корп

День

06.09.21

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	Сладкое								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты	338	яблоко	100	8,09	45,6	0,4	0,4	9,53
Обед	закуска								
	1 блюдо	103	Суп кар. с мак. изг.	200	12,00	94,00	2,3	2,2	16,1
	2 блюдо	268	Котлеты мясные	90	29,00	287,6	14,4	19,8	13,1
	2 блюдо		Зап. овощное	180	10,00	190,0	3,3	12,2	16,1
	3 блюдо	342	Каша гр. из св. з.д.	200	8,00	112,7	0,1	0,1	27,5
	сладкое								
	хлеб бел.	701	пшеничный	30	4,11	87,75	3,68	0,63	14,6
	хлеб черн.	702	ржаной пшеничный	30	4,11	59,4	1,9	0,3	12,3
				790	75,31	831,45	26,08	35,63	109,23