

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ" *(И.В. Емдоев)*

Отд./корп

День

07.10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	16	Томатное светлый	60	8,09	0,36	0,00	2,28	8,4
	1 блюдо	139	Суп. карто. с бобами	200	12,00	4,48	4,96	17,84	133,6
	2 блюдо	489	Зап. овоц. с птицей	240	38,00	14,4	11,64	23,28	278,4
	2 блюдо								
	3 блюдо	639	Компот из сухофр	200	8,00	0,6	0	31,4	124,0
	сладкое								
	хлеб бел.	701	пшеничный	30	4,61	3,2	1,4	14,6	82,5
	хлеб черн.	702	ржанко пшеничный	40	4,61	2,53	0,4	16,4	79,2
	Итого					75,31	25,57	18,4	105,8