

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ"

Дмитрий Егорова

Отд./корп

День

08.09.21

Прием пищ	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	124	Щи из св.кар. с кар. со.м.	200/10	11,00	87,2	18,4	5,04	8,24
	2 блюдо	431	Пюре из картофеля	130	30,00	160,00	13,26	8,82	2,62
	2 блюдо	597	Макаронн. отб с овощ.	150	10,00	206,4	5,5	5,7	33,3
	3 блюдо	639	Каша из с/ф	200	8,00	124,00	0,6	0	131,4
	сладкое								
	хлеб бел.	701	пшених мп	30	4,11	82,5	3,2	1,4	13,1
	хлеб черн.	702	ржане-пшени.	20	4,11	59,4	1,9	0,3	12,3
					800		719,5	26,7	21,66