



Школа

МКОУ "Зензеватская СОШ" *А.И.И.И.И.*

Отд./корп

День 12.10.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	16	Помидор свежий	60	8,09	8,4	0,36	0,00	2,28
	1 блюдо	139	Рассольник лимит.	200/10	12,00	129,0	2,7	8,6	16,38
	2 блюдо	492	Гренок из птицы	200	39,00	358,0	16,2	15,8	36,2
	2 блюдо								
	3 блюдо	348	котлет из курицы	200	8,00	121,6	0,5	0,1	27,4
	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
		Итого				45,31	764,2	25,34	25,43