



Школа МКОУ "Зензеватская СШ" Отд./корп  

День 13.09.21

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	Сладкое								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	16	Тамизор овен.	60	8,09	84	0,36	0,00	2,28
	1 блюдо	139	Тасеан. Ленивр.	200/10	12,00	129,0	2,7	8,6	16,38
	2 блюдо	492	Хлеб из пшениц	100	39,00	358,0	16,2	15,8	36,2
	2 блюдо								
	3 блюдо	348	Компот из изюма	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	ржаное пшенич.	30	4,11	59,4	1,9	0,3	12,3
				730	75,31	764,2	25,34	25,43	109,16