

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ"

№ 14/В Емелов

Отд./корп

День

15.10.21

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 свеж	70	8,09	14,99	0,77	0,14	2,83
	1 блюдо	139	суп карт. с бобами	200	12,00	133,6	4,48	4,9	17,84
	2 блюдо	436	жаркое с мясом	200	36,00	250,00	17,8	9,8	24,6
	2 блюдо								
	3 блюдо	348	кашкот из чююма	200	10,00	121,6	0,5	0,1	27,4
	сладкое								
	хлеб бел.	701	пшеничный	40	4,61	110,00	3,25	1,86	17,47
	хлеб черн.	702	ржанко - пшеничный	30	4,61	79,2	2,53	0,4	16,4
		Итого				75,31	709,83	29,83	17,2