

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ"

Дир. Н.В. Емкова

Отд./корп

День

19.10.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты	338	яблоко	100	8,09	45,6	0,4	0,4	9,53
Обед	закуска								
	1 блюдо	132	рассольник Ленин	200/10	12,00	129,00	2,7	8,6	16,38
	2 блюдо	587	соус красный	20	5,00	8,8	0,1	0,5	1,0
	2 блюдо	478	запек. картоф. с мясом	150	34,00	297,00	15,00	14,7	24,75
	3 блюдо	639	кампот из сухоф.	200	8,00	124,00	8,00	0,6	0
	сладкое								
	хлеб бел.	701	пшеничный	30	4,11	87,75	3,68	0,63	14,6
	хлеб черн.	702	ржаной пшеничный	20	4,11	59,4	1,9	0,3	12,3
		Итого				75,31	751,56	24,42	25,13