



Школа МКОУ "Зензеватская СШ"

Отд./корп

День 20.09.21

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	Омурлу сырок	60	8,09	9,1	0,48	0,06	1,68
	1 блюдо	139	Суп кар. с мак. шир.	200	11,00	94,00	2,2	2,2	16,1
	2 блюдо	390	Хотелла руб. мид	200	28,00	196,00	11,9	8,8	15,2
	2 блюдо	511	Рис фрикуш. с томат	150	12,00	210,8	4,0	4,0	39,4
	3 блюдо	342	Компот из яблок	200	8,00	112,7	0,1	0,1	27,5
	сладкое								
	хлеб бел.	701	пшеничные	30	4,11	87,75	3,68	0,63	14,6
	хлеб черн.	702	ржаные пшеник	30	4,11	59,4	1,9	0,3	12,3
				740	75,31	769,8	24,26	16,09	126,78