



Школа

МКОУ "Зензеватская СШ"

Отд./корп

22.10.2021г

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	103	Суп карл. с мак. изд.	200	12,00	94,00	2,3	2,2	16,1
	2 блюдо	268	Хотбата мясное	90	29,00	287,6	14,4	19,8	13,1
	2 блюдо	342	Рагу овощное	180	10,00	190	3,3	12,2	16,1
	3 блюдо	342	Компот из св. яблок	200	8,00	112,7	0,1	0,1	27,5
	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					75,31	831,45	26,08	35,63