

Школа

МКОУ "Зензеватская СШ"

Отд./корп

День

27.09.21

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	Сладкое								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	70	Огурец соленый	60	8,09	9,1	0,48	0,06	1,68
	1 блюдо	124	Щи из св.кап.картош.	200/10	12,00	27,2	1,84	5,09	8,24
	2 блюдо	390	котлета рыбная	100	29,00	196,00	11,9	3,8	12,2
	2 блюдо	513	Рис прип. с томат.	150	7,78	216,8	4,0	4,0	39,4
	3 блюдо	639	кашечка из с/короф	200	8,00	124,0	0,6	0	31,4
	сладкое								
	хлеб бел.	701	пшеничный	30	4,11	87,75	3,68	0,63	14,6
	хлеб черн.	702	ржано-пшеничный	30	4,11	69,4	1,9	0,3	12,3
						75,31	774,25	27,7	31,03