

Итоговое за

Школа

И.О. директора МБОУ Ширкина Д.О.
МКОУ "Зензеватская СШ"

Отд./корп

1 День

13.10.23

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------|--------|--------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | | 54-167 | Каша молочная «Дружба» | 250 | 36,00 | 27627 | 75 | 1397 | 30,13 |
| | | 396 | Блинчики(оладьи)с сгущ.молоком | 70 | 27,00 | 14050 | 508 | 478 | 1929 |
| | | 382 | Кокао с молоком | 100 | 15,00 | 4700 | 0,40 | 0,40 | 980 |
| | | 338 | Яблоко | 200 | 22,00 | 1186 | 408 | 354 | 1758 |
| | | 701 | Хлеб пшеничный | 30 | 5,00 | 70,14 | 237 | 0,3 | 1449 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Итого | | | | 650 | 105,00 | 65251 | 1943 | 2299 | 9129 |