И.о. директора ИРО Ширина Д.С.

Школа МКОУ "Зензеватская СШ" Отд./корп

4 День 21.12.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182	Каша молочная с овсяных хлопьев	250	38,00	291,,67	9,,06	12,,82	38,,12
	гор.блюдо	209	Яйцо варёное	40	25,00	63,,00	5,,08	4,,60	0,,28
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	15,00	60,,00	0,,07	0,,02	15,,00
	хлеб бел.	701	Пшеничный	30	5,00	70,,14	2,,37	0,,3	14,,49
	фрукты	338	Яблоко	100	22,00	47,,00	0,,40	0,,4	
	овощи								
второй Завтрак									
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	2 блюдо								
	3 блюдо								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Итого								