И.о. директора МБОО Ширина Д.О.

Школа МКОУ "Зензеватская СШ" Отд./корп 2 День 19.12.23

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 77/1/54-3 | Котлета рыбная п/ф с соусом | 100/20 | 40,00 | 156,,9 | 12,,3 | 8,,9 | 6,,9 |
| | гор.блюдо | 125 | Картофель отварной с маслом | 150 | 19,00 | 157,,50 | 3,,03 | 5,,94 | 20,,98 |
| | гор.напиток | 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 16,00 | 132,,8 | 0,,66 | 0,,09 | 32,,03 |
| | хлеб бел. | 701 | Пшеничный | 30 | 5,00 | 70,,14 | 2,,37 | 0,,3 | 14,,49 |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | овощи | 47 | Капуста квашенная | 100 | 25,00 | 87,,5 | 1,,7 | 5,,0 | 8,,45 |
| второй Завтрак | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | 3 блюдо | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | Итого | | | | | | | | |