Утверждаю: Подш

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
ПОДШИВАЛОВА
Людмила
Павловна

Школа Ашапская СОШ
Отд./корп
Дата 09.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	279/2018	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (20)	150		233,08	23,75	6,90	21,27
	гор.напиток	457/2021	ЧАЙ С САХАРОМ	200		38,00	0,20	0,10	9,30
	хлеб	108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31		141,00	4,56	0,48	29,52
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо	367/2018	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	80		121,00	7,50	11,97	3,67
	гарнир	202/2021	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		263,01	8,73	7,85	39,45
	напиток	486/2021	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД	200		46,00	0,10	0,10	11,10
	хлеб бел.	108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		282,00	9,12	0,96	59,04
	хлеб черн.	109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		70,34	2,67	0,40	14,01
					96,26	782,35	28,12	21,28	127,27
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								