Утверждаю!

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
ПОДШИВАЛОВА
Людмила
Павловна

Школа | Ашапская СОШ | Отд./корп | 1 Дата 28.11.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | | 65/2021 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 25 | | 93,00 | 3,60 | 6,50 | 5,00 |
| | гор.напиток | 457/2021 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | 38,00 | 0,20 | 0,10 | 9,30 |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 119/2018 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ | 200 | | 76,60 | 1,89 | 4,00 | 8,24 |
| | 2 блюдо | 339/2021 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ | 70 | | 243,00 | 17,60 | 12,30 | 15,00 |
| | гарнир | 377/2021;380/2021 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | | 139,00 | 4,70 | 7,40 | 13,40 |
| | напиток | 496/2021 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | | 78,00 | 0,67 | 0,27 | 18,30 |
| | хлеб бел. | 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 31 | | 141,00 | 4,56 | 0,48 | 29,52 |
| | хлеб черн. | 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 31 | | 70,34 | 2,67 | 0,40 | 14,01 |
| | | | | | 96,26 | 747,94 | 32,09 | 24,85 | 98,47 |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин 2 | кисломол. | | | | | | | | |
| | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |