Утверждаю!

ПОДШИВАЛОВА Людмила Павловна

Школа | Ашапская СОШ | Отд./корп | 1 | Дата | 26.12.2024

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								