Школа	Ашапская СОШ	Отд./корп		Дата	31.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	236/2021	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200		156,15	3,87	4,89	24,15
	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	1/2021	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50		18,00	0,40	0,90	2,00
	1 блюдо	127/2021	СУП ГОРОХОВЫЙ	200		97,80	5,95	2,62	12,62
	2 блюдо	376/2021	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	180		319,00	21,00	19,00	15,90
	гарнир								
	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
					101,27	724,14	35,25	23,67	92,35
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								