Школа	Ашапская СОШ	Отд./корп		Дата	21.03.2025

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	375/2021	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	200		221,20	11,09	7,40	22,37
	гарнир								
	напиток	496/2021	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		78,00	0,67	0,27	18,30
	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
					101,27	728,14	25,44	13,03	121,96
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								