Школа	Ашапская СОШ			Отд./корп				Дата	29.09.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214/2021	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		229,60	7,38	6,52	35,40
			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								
			СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ						
			изделиями	200		78,20	2,32	3,32	9,76
			ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	80		121,00	7,50	11,97	3,67
	гарнир		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		263,01	8,73	7,85	39,45
	напиток		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		84,00	0,60	0,10	20,10
			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
					105,40	757,55	26,38	24,12	116,51
Полдник	булочное								
	напиток								
-	_								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	W46704407								
ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток фрукты								
	Ψργκιοι								