| Школа | Ашапская СОШ | Отд./корп | | Дата | 16.10.2025 |
|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 267/2021 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | | 63,00 | 5,10 | 4,60 | 0,30 |
| | | | | | | | | | |
| | гор.напиток | 464/2021 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | | 63,00 | 1,40 | 1,20 | 11,40 |
| | хлеб | 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 31 | | 141,00 | 4,56 | 0,48 | 29,52 |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 123/2018 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 200 | | 191,50 | 8,75 | 11,40 | 13,47 |
| | 2 блюдо | 375/2021 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ | 180 | | 201,20 | 11,09 | 7,40 | 22,37 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | 457/2021 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | 38,00 | 0,20 | 0,10 | 9,30 |
| | 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 |
| | | | | | 105,40 | 783,04 | 31,83 | 20,26 | 118,19 |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин 2 | кисломол. | | | | | | | | |
| | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |