| Школа | Ашапская СОШ | Отд./корп | | Дата | 12.12.2025 |
|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 213 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | | 233,40 | 8,92 | 7,68 | 32,20 |
| | | | | | | | | | |
| | 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 | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | 375/2021 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ | 210 | | 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 | 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 | 510,54 | 18,99 | 8,55 | 84,20 |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин 2 | кисломол. | | | | | | | | |
| | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |