Школа	Ашапская СОШ	Отд./корп		Дата	16.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
		226/2018	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200		190,60	5,20	6,60	27,60
	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 блюдо	128/2021	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200		89,25	2,00	3,08	8,90
	2 блюдо	347/2021	КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" С СОУСОМ	100		213,00	15,30	11,00	13,30
	гарнир	256/2021	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		184,50	5,55	4,95	29,55
	напиток	464/2021	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		84,00	0,60	0,10	20,10
	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
					111,51	782,09	30,68	20,01	115,38
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								