Школа	Ашапская СОШ	Отд./корп		Дата	21.04.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
		73/2021	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40		121,00	1,60	3,80	20,20
	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	95/2021	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200		60,00	1,48	3,54	5,56
	2 блюдо	308/2021	КОТЛЕТА "ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ" С СОУСОМ	70		84,00	12,50	1,50	5,20
	гарнир	377/2021	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		105,00	4,05	6,00	8,70
	напиток	459/2021	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		40,00	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
					111,51	800,34	31,82	16,40	131,31
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								