

Ашапская СОШ филиал "Малоашапская ООШ"

Page 10 of 10

01.10.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	98/2021	СВЕКОЛЬНИК	200		93,25	2,32	4,72	10,32
	2 блюдо	347/2021	КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" С СОУСОМ	100		213,00	15,30	11,00	13,30
	гарнир	208/2021	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		181,38	4,67	4,76	30,01
	напиток	457/2021	ЧАЙ С САХАРОМ	200		38,00	0,20	0,10	9,30
	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
					111,51	736,97	29,72	21,46	106,46
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								