| Школа | Ашапская СОШ | Отд./корп | | Дата | 14.10.2026 |
|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | гор.напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 82/2021 | ЯБЛОКО | 100 | | 66,00 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| | 1 блюдо | 131/2021 | СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ | 220 | | 195,80 | 6,34 | 6,92 | 27,06 |
| | 2 блюдо | 259/2021 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ | 150 | | 210,52 | 9,02 | 7,51 | 26,54 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | 495/2021 | 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 | 767,66 | 23,79 | 16,01 | 131,93 |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин 2 | кисломол. | | | | | | | | |
| | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |