Школа	Ашапская СОШ филиал "Малоашапская ООШ"	Отд./корп		Дата	10.11.2026

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	100/2021	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200		87,60	2,10	4,08	10,60
	2 блюдо	350/2021	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ "ЁЖИКИ" С СОУСОМ	100		131,00	8,40	6,50	9,70
	гарнир	377/2021	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		105,00	4,05	6,00	8,70
	напиток	486/2021	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДЛВ И ЯГОД	200		46,00	0,10	0,10	11,10
	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	721,94	26,44	18,04	113,15
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								