Школа	Ашапская СОШ	Отд./корп		Дата	11.11.2026

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	129/2021	СУП КАРТОФЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		78,20	2,32	3,32	9,76
	2 блюдо	282/2018	ЗАПЕКАНКА ИЗ РИСА С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ	210		333,76	13,43	6,11	52,40
	гарнир								
	напиток	457/2021	ЧАЙ С САХАРОМ	200		38,00	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	802,30	27,74	10,89	144,51
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								