Школа	Ашапская СОШ	Отд./корп		Дата	16.11.2026

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	128/2021	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200		89,25	2,00	3,08	8,90
	2 блюдо	367/2018	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	100		121,00	7,50	11,97	3,67
	гарнир	385/2021	РИС ОТВАРНОЙ	150		219,52	3,77	5,43	38,89
	напиток	457/2021	ЧАЙ С САХАРОМ	200		38,00	0,20	0,10	9,30
	хлеб бел.	108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31		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	820,11	25,26	21,94	133,81
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								