Школа	Ашапская СОШ	Отд./корп		Дата	18.11.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	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	459/2021	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		40,00	0,30	0,10	9,50
	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	723,66	23,49	16,01	121,33
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								