

Школа

МБОУ "Лашманская СОШ им.М.З.Шакирова"

Отд./корп

День

03.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		плов из говядины с рисовой крупой	200		408,42	15,95	19,55	39,75
	гор.напиток		чай с сахаром	200		40	0,07	0,02	10,01
	хлеб		хлеб пшеничный	25		58,75	1,9	0,2	12,3
	хлеб		хлеб ржаной	20		39,60	1,32	0,24	7,92
	фрукты		яблоки	100		47	0,4	0,4	9,8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
					545	69,43	594	20	20