

Школа

МБОУ "Лашманская СОШ им.М.З.Шакирова"

Отд./корп

День

11.12.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо   | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        | котлета из мяса птицы с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным | 230      |       | 289,95       | 11,45 | 12,46 | 31,32    |
|            | гор.напиток |        | какао с молоком   | 200      |       | 78,6         | 1,58  | 3,54  | 7,6      |
|            | хлеб        |        | хлеб пшеничный  | 30       |       | 70,5         | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            | хлеб        |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | салат       |        | салат из моркови  | 60       | 74,77 | 49,02        | 0,74  | 0,06  | 9,98     |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |   |          |       |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | 2 блюдо     |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | гарнир      |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | сладкое     |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | хлеб бел.   |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | хлеб черн.  |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |   | 520      | 74,77 | 488          | 16    | 16    | 64       |