

Школа

МБОУ "Лашманская СОШ им.М.З.Шакирова"

Отд./корп

День

13.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		котлеты "Аппетитные" с кашей гречневой рассыпчатой с маслом сливочным	228		386,76	15,16	16,19	44,63
	гор.напиток		чай с сахаром, с лимоном	200		41,32	0,11	0,02	10,15
	хлеб		хлеб пшеничный	45		105,75	3,42	0,36	22,14
	хлеб								
	салат		салат из свежей капусты с морковью	80	74,77	48,32	1,05	2,6	5,17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
				553	74,77	582	20	19	82