

Школа

МБОУ "Лашманская СОШ им.М.З.Шакирова"

Отд./корп

День

23.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		пюре картофельное с маслом сливочным, рыба тушеная в томате с овощами	253		258,45	12,13	12,34	24,27
	гор.напиток		компот из свежих яблок	200		74,6	0,16	0,16	17,9
	хлеб		хлеб пшеничный	35		82,25	2,66	0,28	17,22
	хлеб								
	закуска		салат из отварной свеклы	60	74,77	56,68	0,84	3,61	4,96
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
				548	74,77	472	16	16	64