

Школа

МБОУ "Лашманская СОШ им.М.З.Шакирова"

Отд./корп

День

29.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		сырники из творога с кашей молочной "Дружба" с маслом сливочным	215		324,45	10,55	11,85	39,4
	гор.напиток		кофейный напиток с молоком	200		60,7	3,2	2,7	6
	хлеб		хлеб ржаной	30		59,4	1,98	0,36	11,88
	хлеб								
	фрукты		яблоки	100	74,77	47	0,4	0,4	9,8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
				545	74,77	492	16	15	67