

Школа

МБОУ "Лашманская СОШ им.М.З.Шакирова"

Отд./корп

День

12.01.2026

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		компот из сухофруктов	200		92,8	0,66	0,09	22,03
	хлеб		хлеб ржаной	30		59,4	1,98	0,36	11,88
	хлеб								
	закуска		салат из моркови с яблоками	60	77,76	50,91	0,64	3,01	5,11
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
				520	77,76	493	15	16	70