

Школа

МБОУ "Лашманская СОШ им.М.З.Шакирова"

Отд./корп

День

15.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		пюре картофельное с маслом сливочным, птица запеченная	253		342,45	13,5	18,68	29,12
	гор.напиток		компот из сухофруктов	200		92,8	0,66	0,09	22,03
	хлеб		хлеб ржаной	40		79,2	2,64	0,48	15,84
	хлеб		хлеб пшеничный	30		70,5	2,28	0,24	14,76
	закуска		свекла отварная дольками	60	77,76	28,8	1,08	0,06	5,88
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
				583	77,76	614	20	20	88