

Школа

МБОУ "Лашманская СОШ им.М.З.Шакирова"

Отд./корп

День

19.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		сырники из творога с кашей пшенной с маслом сливочным	245		386,4	16,02	18,13	42,98
	гор.напиток		чай "Витаминный" с шиповником	200		54,2	0,24	0,09	12,43
	хлеб		хлеб пшеничный	25		58,75	1,9	0,2	12,3
	хлеб		хлеб ржаной	30	77,76	59,4	1,98	0,36	11,88
	салат								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
				500	77,76	559	20	19	80