

Школа

МБОУ "Лашманская СОШ им.М.З.Шакирова"

Отд./корп

День

22.10.2025

| 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 урюка | 200 | | 76,4 | 0,55 | 0,06 | 17,93 |
| | хлеб | | хлеб пшеничный | 30 | | 70,5 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | хлеб | | хлеб ржаной | 40 | | 79,2 | 2,64 | 0,48 | 15,84 |
| | закуска | | свекла отварная дольками | 60 | 74,77 | 28,8 | 1,08 | 0,06 | 5,88 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | 583 | 74,77 | 597 | 20 | 20 | 84 |