

Школа

МБОУ "Лашманская СОШ им.М.З.Шакирова"

Отд./корп

День

14.11.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		овощи тушеные с мясом	200		271,5	12,48	15,68	19,34
	гор.напиток		компот из сухофруктов	200		92,8	0,66	0,09	22,03
	хлеб		хлеб пшеничный						
	хлеб		хлеб ржаной	20		39,60	1,32	0,24	7,92
	фрукты		апельсины	180	74,77	77,4	1,62	0,36	14,58
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
				600	74,77	481	16	16	64