Школа МБОУ"Лашманская СОШ" Отд./корп 1-4класс День 28.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	266	гуляш их говядины	50\50		221	10	11	23
	гор.напиток	378	чай с сахаром, с лимоном	185\10\5		42	0	0	11
	хлеб		белый	50		171	3	0	24
	гор.блюдо	303	каша гречневая с маслом сливочным	150\5		146	5	5	21
	закуска	62	кисломолочный (сыр)	20		34	3	3	
Завтрак 2	фрукты		плоды и ягоды свежие (апельсин)	100		38	1	0	8
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								