

Школа

МБОУ "Лашманская СОШ"

Отд./корп

1-4класс

День

12.12.2023

| 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. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |