Школа	МБОУ "СОШ с.Зандак-Ара"	Отд./корп		День	23.10.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	296	Рыба припущенная	90	16,52	77	15,6	0,6	1
	гор.блюдо	377	Картофельное пюре	150	27,53	116	4	6	8,7
	гор.напиток	378	Чай с молоком или сливками	200	36,7	82	1,5	1,4	15,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	9,18	120	3,9	0,5	24,1
	фрукты								
	кисломол.	14	Масло сливочное (порциями)	10	1,84	75	0,1	8,2	0,1
Обед	закуска	28	Салат из свеклы с яблоками	70	18,35	79	0,7	4,2	7,7
	1 блюдо	112	Суп картофельный	200	27,52	80	2,6	2,7	8,6
	2 блюдо	291	Плов с курицей	120	30,53	266	13,6	8,4	28,6
	гарнир								
	напиток	459	Чай с лимоном	200	8,17	39		0,1	8,6
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	110	7,2	241	7,9	1	48,3
	хлеб черн.								

Директор

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. ЗАНДАК-АРА"

Подписано: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. ЗАНДАК-АРА"
DN: cn=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. ЗАНДАК-АРА", c=RU, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. ЗАНДАК-АРА", email=vyvishan@mail.ru
Дата: 2026.10.19 09:14:02 +03'00'

У.Б.Эльсаров