

Школа	МБОУ "СОШ с.Зандак-Ара"			Отд./корп		День	18.12.2025		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	305	Рис припущеный	100	18,35	133,0	2,0	3,0	24,0
	гор.напиток	378	Чай с молоком или сливками	180	33,04	82,0	2,0	1,0	16,0
	хлеб	878	Хлеб пшеничный	70	12,85	164,0	6,0	1,0	34,0
	гор.блюдо	243	Сосиски (Особые халяль)	50	9,18	85,0	5,0	7,0	1,0
	фрукты	338	Яблоко	100	18,35	76,0	1,0	0,0	17,0
Обед	закуска								
	1 блюдо	113	Суп картофельный с бобовыми №113	200	18,35	92,6	5	2,9	11,7
	2 блюдо		Котлета куриная	90	23,25	262,7	8,6	16,3	25,3
	гарнир	313	Гречка отварная №4.3	150	18,35	243,7	8,6	6,1	38,6
	напиток	459	Чай с лимоном №459	180	4,09	35,1		0,1	8,6
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	80	27,73	187	6,3	0,8	38,6
	хлеб черн.								

Директор

У Б Эльсаров