

Школа		МБОУ "СОШ с.Зандак-Ара"		Отд./корп		День		08.12.2025	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	296	Рыба припущенная	75	13,77	59,7	13	0,5	0,8
	гор.напиток	459	Чай с лимоном №459	200	36,71	39		0,1	9,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	9,18	116,8	3,9	0,5	24,1
	кислолом.	14	Масло сливочное (порциями) №14	15	2,75	111,9	0,1	12,3	0,2
	сладкое		Булочка домашняя	60	11,01	188,3	4,2	6,7	27,8
Завтрак 2	гор.блюдо	304	Рис отварной №304	100	18,35	139,8	2,4	3,6	24,5
	фрукты								
Обед									
	закуска	9	Салат из квашеной капусты с луком №9	100	18,35	94	1,6	6	8,2
	1 блюдо	83	Борщ со свежей капустой и томатом №83	200	27,52	190	5	3,8	12
			Макаронные изделия отварные с маслом						
	2 блюдо	203	№203	150	30,53	195,8	5,5	5,8	30,5
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	70	7,2	163,7	5,5	0,7	33,8
	хлеб черн.								
	напиток	459	Чай с лимоном №459	180	8,17	35,1		0,1	8,6

У.Б.Эльсаров

Директор

