

Утверждаю
Директор школы



И.И.Шарипов

МБОУ "Актанышская СОШ№2"

Отд./кор 5-11 кл

Дата 20.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 243 | Мякоть птицы тушеная в соусе | 100 | 55,62 | 186 | 11 | 11 | 12 |
| | гор.блюдо | 203 | Пюре из гороха | 180 | 14,36 | 278 | 21 | 1 | 46 |
| | гор.напиток | 377 | Чай с лимоном полусладкий | 217 | 3,35 | 63 | 0 | 0 | 15 |
| | хлеб бел. | 1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3 | 118 | 4 | 0 | 25 |
| | хлеб черн. | 1 | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,94 | 66 | 2 | 0 | 14 |
| | закуска | 1025 | Салат "Радужный" | 100 | 10,92 | 88 | 2 | 5 | 8 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| Полдник | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| Ужин | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| Ужин 2 | кисломол. | | | | | | | | |
| | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |

Завстоловой:

Муфаздалова Р.Р.