Утверждаю

Директор школы: Л.С. Нургалиева

Школа МБОУ "Поисевская СОШ" Отд./корп

Дата 16.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	гор.блюдо	173	Каша вязкая пшеничная молочная со сл. маслом	203		312	9	9	39
	гор.напиток	ттк 1	Чай полусладкий	200		21	0	0	5
		1	Хлеб пшеничный	60		142	5	0	30
Завтрак	гор.блюдо	37	Котлеты "Любимые" с соусом томатным	100	20,24	155	8	7	15
	гор.блюдо	321	Капуста тушеная	150	23,44	113	3	5	14
	гор.напиток	198н	Какао с молоком	200	14,38	107	3	3	17
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	30	2,52	71	2	0	15
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,68	44	1	0	9
	закуска	338	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	15	47	0	0	7
Завтрак	гор.блюдо	37	Котлеты "Любимые" с соусом томатным	100	20,24	155	8	7	15
	гор.блюдо	321	Капуста тушеная	180	28,13	135	4	6	17
	гор.напиток	198н	Какао с молоком	200	14,38	107	3	3	17
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50	4,2	118	4	0	25
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2,52	66	2	0	14
	закуска	338	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	15	47	0	0	7
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								