

Утверждено
 директор школы Овз Тажиров ГР



Школа МБОУ "Татарско-Суксинская СОШ" Отд./корп Дата 08.11.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 88 | Щи из свежей капусты с картофелем с фрикадельками со сметаной | 250 | 20,27 | 357 | 6 | 10 | 8 |
| | гор.напиток | 18 | Какао с молоком (полусладкое) | 200 | 8,21 | 114 | 3 | 4 | 17 |
| | хлеб бел. | 1 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,02 | 71 | 2 | 0 | 15 |
| | хлеб черн. | 1 | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 20 | 1,30 | 44 | 1 | 0 | 9 |
| | закуска | 41 | Салат из морковки припущенной с яблоками | 60 | 3,18 | 49 | 1 | 3 | 6 |
| | фрукты | 338 | Плоды и ягоды свежие (яблоки) | 100 | 8,10 | 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 | | | | | | | | |

Составлено завхозом
 Ахметжанова Р.М. Ахмед