

Утверждаю  
директор школы



Ф.Ф Газизов

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

Дата 15.03.2023

| Прием пищи | Раздел      | № рец | Блюдо                                   | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 230   | Рыба тушеная с овощами                  | 100/ 50  | 49,85 | 198          | 14    | 7    | 4        |
|            | гарнир      | 312   | Пюре картофельное с маслом              | 150/ 5   | 11,30 | 172          | 3     | 8    | 22       |
|            | гор.напиток | 342   | Компот "Фруктово-ягодный" из свеж. Ябл. | 200      | 10,45 | 76           | 0     | 0    | 18       |
|            | хлеб бел.   | 1     | Хлеб пшеничный                          | 30       | 2,16  | 71           | 2     | 0    | 15       |
|            | хлеб черн.  | 1     | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)           | 20       | 1,44  | 44           | 1     | 0    | 9        |
|            | закуска     | 47    | Салат из картофеля с солеными огурцами  | 60       | 3,46  | 52           | 1     | 3    | 5        |
| 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      |       |   |          |       |              |       |      |          |

Составила завхоз  
Ахметзянова Р.М.