

УТВЕРЖДАЮ ДИРЕКТОР ШКОЛЫ

Р.Р.Гафарова

| Прием пищи | Раздел       | № рец. | Блюдо                                   | Выход, г | Цена  | Кало-рийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|-----------------------------------------|----------|-------|---------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор. блюдо   | 291    | плов из курицы                          | 200      | 69,43 | 357           | 18    | 14   | 41       |
|            | закуска      | 52     | салат из свеклы отварной с маслом       | 60       |       | 56            | 1     | 4    | 5        |
|            | гор. напиток | 388    | напиток из плодов шиповника             | 200      |       | 99            | 1     | 0    | 22       |
|            | хлеб         | 443    | хлеб пшеничный                          | 20       |       | 47            | 2     | 0    | 10       |
|            | фрукты       | 338    | яблоко                                  | 20       |       | 56            | 1     | 1    | 12       |
|            | хлеб         | 444    | хлеб ржаной                             | 20       |       | 41            | 1     | 0    | 9        |
| Обед       | суп          | 112    | суп картофельный с вермишелью с курицей | 265      | 55,16 | 146           | 5     | 6    | 19       |
|            | гарнир       | 143    | рагу из овощей                          | 155      |       | 128           | 2     | 7    | 14       |
|            | гор. блюда   | 280    | мясные фрикадельки в соусе              | 100      |       | 121           | 7     | 8    | 6        |
|            | гор. напиток | 377    | чай сладкий с лимоном                   | 200      |       | 42            | 0     | 0    | 10       |
|            | хлеб         | 443    | хлеб пшеничный                          | 20       |       | 47            | 2     | 0    | 10       |
|            | хлеб         | 444    | хлеб ржаной                             | 20       |       | 41            | 1     | 0    | 9        |
| Обед II    | суп          | 112    | суп картофельный с вермишелью с курицей | 265      | 24,96 | 146           | 5     | 6    | 19       |
|            | гор. напиток | 377    | чай сладкий с лимоном                   | 200      |       | 42            | 0     | 0    | 10       |
|            | хлеб         | 443    | хлеб пшеничный                          | 20       |       | 47            | 2     | 0    | 10       |
|            | хлеб         | 444    | хлеб ржаной                             | 20       |       | 41            | 1     | 0    | 9        |

Повар  
ЗавхозГимиева Г.Х.  
Хамидуллина Л.Р.