



Утверждено  
Директор школы

И.И.Шарипов

Школа

МБОУ "Актанышская СОШ№2"

Отд./кор 5-11 кл

Дата

13.02.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                         | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 259    | Жаркое по-домашнему из птицы (грудка куриная) | 70/200   | 26,22 | 595          | 22    | 26   | 65       |
|            | гор.напиток | 377    | Чай черный с сахаром, с лимоном               | 200/10/7 | 3     | 57           | 0     | 0    | 14       |
|            | хлеб бел.   | 573    | Хлеб пшеничный                                | 30       | 2,22  | 70           | 2     | 0    | 15       |
|            | хлеб черн.  | 575    | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                 | 20       | 1,2   | 41           | 2     | 0    | 8        |
|            |             | 59     | Салат из моркови с яблоками                   | 100      | 3,7   | 40           | 1     | 0    | 9        |
|            |             |        |                                               |          |       |              |       |      |          |
| 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.