



И.И.Шарипов

Школа МБОУ "Актанышская СОШ №2"

Отд./корп

Дата 17.02.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                         | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 20     | Рагу из птицы                 | 50/150   | 31,11 | 411          | 15    | 19   | 41       |
|            | гор.напиток | 349    | Чай полусладкий               | 200      | 1,35  | 58           | 0     | 0    | 14       |
|            | хлеб бел.   | 573    | Хлеб пшеничный                | 30       | 2,22  | 70           | 2     | 0    | 15       |
|            | хлеб черн.  | 573    | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 20       | 1,2   | 41           | 2     | 0    | 8        |
|            |             | 62     | Салат из моркови              | 60       | 2,18  | 49           | 1     | 4    | 0        |
|            |             |        |                               |          |       |              |       |      |          |
| 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.