

Утверждаю  
Директор школы

И.И.Шарипов

Школа МБОУ "Актанышская СОШ №2"

Отд./кор 5-11 кл

Дата 19.09.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                       | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 392    | Пельмени мясные отварные с маслом сливочным | 255      | 124,71 | 426          | 26    | 16   | 45       |
|            | гор.напиток | 342    | Компот из свежих яблок                      | 200      | 5,37   | 76           | 0     | 0    | 18       |
|            | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                              | 30       | 2,55   | 71           | 2     | 0    | 15       |
|            | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)               | 20       | 1,7    | 44           | 1     | 0    | 9        |
|            | закуска     | 45     | Салат из белокочанной капусты               | 100      | 3,84   | 87,4         | 1,42  | 5,1  | 9,02     |
|            |             |        |                                             |          |        |              |       |      |          |
| 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.