

Утверждаю  
Директор школы

И.И.Шарипов

Школа МБОУ "Актанышская СОШ №2"

Отд./кор 5-11

Дата 10.10.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                          | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 291    | Плов из птицы (грудка куриная) | 270      | 47,55 | 409          | 21    | 21   | 40       |
|            | гор.напиток | 377    | Чай с лимоном (полусладкий)    | 217      | 2,17  | 63           | 0     | 0    | 15       |
|            | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                 | 50       | 2,55  | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            |             |        |                                |          | 1,7   |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)  | 30       |       | 66           | 2     | 0    | 14       |
|            | закуска     | 65     | Салат "Здоровье"               | 100      | 4,84  | 55           | 8,9   | 9    | 18       |
| 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.