



Утверждаю  
Директор школы

И.И.Шарипов

Школа МБОУ "Актанышская СОШ№2"

Отд./кв. 5-11

Дата 28.12.2024

| Прием пищи | Раздел       | № рец. | Блюдо                                      | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|--------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо    | 20     | Гречка "Полевая" с мясом с соусом томатным | 300      | 68,48 | 457          | 24    | 19   | 47       |
|            | гор.напиток  | 1      | Чай полусладкий                            | 200      | 0,65  | 21           | 0     | 0    | 5        |
|            | хлеб бел.    | 1      | Хлеб пшеничный                             | 50       | 2,55  | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            | хлеб черн.   | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)              | 30       | 1,7   | 66           | 2     | 0    | 14       |
|            | конд.изделие |        | Печенье                                    | 32       | 5,12  | 200          | 4     | 5    | 36       |
|            | фрукты       | 338    | Плоды и ягоды свежие (яблоки)              | 100      | 9     | 47           | 0     | 0    | 7        |
|            |              |        |                                            |          |       |              |       |      |          |
| 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.