

Утверждаю
Директор школы

И.И.Шарипов

Школа МБОУ "Актанышская СОШ№2"

Отд./ко 5-11

Дата 11.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	22	Биточки "Рябушка" с соусом томатным	100	30	175	8	10	12
		303	Каша рисовая вязкая	180	20	183	5	5	29
	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	23	5,12	121	2	3	21
	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.