

Утверждаю  
Директор школы И.И.Шарипов



МБОУ "Актанышская СОШ №2"

Отд./корп

5 - 11 кл. Дата

27.11.2023

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                       | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 243    | Сосиски отварные                            | 100      | 36,66 | 108          | 7     | 11   | 1        |
|            | гор.блюдо   | 203    | Макаронные изделия отварные с маслом        | 200/ 5   | 7,2   | 249          | 7     | 6    | 38       |
|            | гор.напиток | 3      | Компот "Фруктовый" сухофрукты (полусладкий) | 200      | 2,59  | 80           | 1     | 0    | 19       |
|            | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                              | 30       | 2,63  | 71           | 2     | 0    | 15       |
|            | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)               | 20       | 1,69  | 44           | 1     | 0    | 9        |
|            | закуска     | 45     | Салат из свежей капусты                     | 100      | 1,76  | 87           | 1     | 5    | 9        |
|            |             |        |                                             |          |       |              |       |      |          |
| 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.