Утверждаю
Директор школы
Л.С. Нургалиева

Школа МБОУ "Поисевская СОШ"
Отд./корп.
Дата 10.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	гор.блюдо	181	Каша манная молочная со сл. маслом	203		298	7	8	33
	гор.напиток	ттк1	Чай полусладкий	200		21	0	0	5
		1	Хлеб пшеничный	60		142	5	0	30
Завтрак	гор.блюдо	57	Голубцы ленивые с соусом	200	67,25	320	13	22	17
	гор.напиток	377	Чай с лимоном (полусладкий)	217	3,53	63	0	0	15
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	30	2,31	71	2	0	15
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,52	44	1	0	9
	закуска	41	Салат из моркови с яблоками	60	13,62	49	1	3	5
	пром.	пром.	Печенье	23	8,05	121	2	3	21
Завтрак	гор.блюдо	57	Голубцы ленивые с соусом	230	77,34	368	15	26	19
	гор.напиток	377	Чай с лимоном (полусладкий)	217	3,53	63	0	0	15
	закуска	41	Салат из моркови с яблоками	100	22,7	82	1	5	8
	пром.	пром.	Печенье	23	8,05	121	2	3	21
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50	4,2	118	4	0	25
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2,52	66	2	0	14
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								