

Умбурматов  
 директор школы *О.С. Тажитов Р.Р.*

Школа МБОУ "Татарско-Суксинская СОШ" Отд./корп. Дата 21.09.2022

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                         | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 38     | Биточки рыбные морячка        | 80       | 27,70 | 123          | 12    | 5    | 7        |
|            | гарнир      | 312    | Пюре картофельное с маслом    | 150      | 13,40 | 172          | 3     | 8    | 22       |
|            | гор.напиток | 17     | Кофейный напиток с молоком    | 200      | 8,22  | 114          | 3     | 3    | 18       |
|            | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                | 30       | 2,02  | 71           | 2     | 0    | 15       |
|            | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 20       | 1,30  | 44           | 1     | 0    | 9        |
|            | закуска     | 45     | Салат из свежей капусты       | 60       | 8,60  | 52           | 1     | 3    | 5        |
| 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      |        |                               |          |       |              |       |      |          |

*составлено завхозом Ахмет  
 Ахметзянов Р.М.*