



Э.Ф. Туктарова

Школа МБОУ "Аксубаевская СОШ №2" / 1-4 классы

Отд./корп

День 10.12.25

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|--------|--------|-----------------------------------|----------|--------------|-------|-------|----------|
| Обед       |        |        | Плоды и ягоды свежие (яблоки)     | 100      | 47,00        | 0,40  | 0,40  | 9,80     |
|            |        | 265    | Плов из говядины с рисовой крупой | 50/150   | 408,42       | 15,95 | 19,55 | 39,75    |
|            |        | 377    | Чай с сахаром                     | 190/10   | 40,00        | 0,07  | 0,02  | 10,01    |
|            |        |        | Хлеб пшеничный                    | 25       | 58,75        | 1,90  | 0,20  | 12,30    |
|            |        |        | Хлеб ржаной                       | 20       | 39,60        | 1,32  | 0,24  | 7,92     |
|            |        |        | Итого:                            | 545      | 593,77       | 19,64 | 20,41 | 79,78    |
|            |        |        |                                   |          |              |       |       |          |
|            |        |        |                                   |          |              |       |       |          |
|            |        |        |                                   |          |              |       |       |          |
|            |        |        |                                   |          |              |       |       |          |
|            |        |        |                                   |          |              |       |       |          |
|            |        |        |                                   |          |              |       |       |          |

Школа МБОУ "Аксубаевская СОШ №2" / 5-11 классы

Отд./корп

День 10.12.25

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|--------|--------|-----------------------------------|----------|--------------|-------|-------|----------|
| Обед       |        |        | Плоды и ягоды свежие (яблоки)     | 100      | 47,00        | 0,40  | 0,40  | 9,80     |
|            |        | 265    | Плов из говядины с рисовой крупой | 50/200   | 509,80       | 18,97 | 23,12 | 51,79    |
|            |        | 377    | Чай с сахаром, с лимоном          | 190/10   | 40,00        | 0,07  | 0,02  | 10,01    |
|            |        |        | Хлеб пшеничный                    | 20       | 47,00        | 1,52  | 0,16  | 9,84     |
|            |        |        | Хлеб ржаной                       | 30       | 59,40        | 1,98  | 0,36  | 11,88    |
|            |        |        | Итого:                            | 600      | 703,20       | 22,94 | 24,06 | 93,32    |
|            |        |        |                                   |          |              |       |       |          |
|            |        |        |                                   |          |              |       |       |          |
|            |        |        |                                   |          |              |       |       |          |
|            |        |        |                                   |          |              |       |       |          |
|            |        |        |                                   |          |              |       |       |          |
|            |        |        |                                   |          |              |       |       |          |

Шеф-повар:

Ответственный по питанию:

Медсестра:

Чернышова И.С.

Крайнова Т.А.

Хамидуллина А.Р.