

| Школа      | ГБОУ " Русско-Акташская школа-интернат"( 5 дневная рабочая неделя) |        |  |
|------------|--|--------|--|
| Прием пищи | Раздел   | № рец. | Блюдо  |
| Завтрак    | гор.блюдо  | 4      | Королевская ватрушка   |
|            | 3 блюдо  | 503    | Кисель из концентрата  |
|            | фрукты   | 112    | Плоды свежие   |
|            |  |        |  |
|            |  |        |  |
|            |  |        |  |
|            |  |        |  |
| Завтрак 2  | фрукты   | 112    | Плоды свежие   |
|            |  |        |  |
|            |  |        |  |
| Обед       | закуска  | 44     | Салат из капусты белокачанной и свеклы                           |
|            |  | 130    | Суп "Шахтерский" на мясокостном бульоне, со сметаной( с гречкой) |
|            | 1 блюдо  |        |  |
|            | гор.блюдо  | 343    | Рыба ,тушенная в томатном соусе с овощами                        |
|            | гарнир   | 291    | Макаронные изделия отварные                                      |
|            | напиток  | 508    | Компот из смеси сухофруктов                                      |
|            |  |        |  |
|            |  |        |  |
|            | хлеб черн.   | 109    | Хлеб ржаной  |
|            |  |        |  |
|            |  |        |  |
| Полдник    | гор.блюдо  | 301    | Омлет натуральный  |
|            | гор.напиток  | 494    | Чай с лимоном  |
|            | хлеб бел.  | 108    | Хлеб пшеничный   |
|            |  |        |  |
| Ужин       | закуска  | 3      | Салат из лука "Слезинка"   |
|            | гор.блюдо  | 195    | Рагу из овощей с мясом   |
|            | гор.напиток  | 493    | Чай с сахаром  |
|            | хлеб бел.  | 108    | Хлеб пшеничный   |
|            |  |        |  |
|            |  |        |  |
| Ужин 2     | хлеб бел.  | 108    | Хлеб пшеничный   |
|            | напиток  | 518    | Сок  |
|            |  |        |  |
|            |  |        |  |
|            |  |        |  |
|            |  |        |  |

| Отд./корп |       | Дата         | 30.12.2025 |       |          |
|-----------|-------|--------------|------------|-------|----------|
| Выход, г  | Цена  | Калорийность | Белки      | Жиры  | Углеводы |
| 200       | 105,9 | 385,1        | 15         | 15,4  | 47,22    |
| 200       | 2,1   | 37,9         | 0          | 0     | 9,98     |
| 100       | 7,25  | 47           | 0,4        | 0,4   | 9,8      |
|           |       |              |            |       |          |
|           |       |              |            |       |          |
|           |       |              |            |       |          |
|           |       |              |            |       |          |
| 200       | 29,94 | 161,28       | 2,52       | 0,84  | 35,28    |
|           |       |              |            |       |          |
|           |       |              |            |       |          |
| 60        | 4,38  | 72,9         | 0,59       | 6,95  | 5,95     |
| 250       | 30,1  | 160,7        | 3,73       | 7,55  | 34,1     |
| 90        | 23,03 | 129,39       | 9,87       | 7,16  | 2,14     |
| 180       | 8,63  | 217,55       | 6,1        | 4,79  | 31,48    |
| 200       | 2,13  | 67,96        | 0,06       | 0     | 17,88    |
|           |       |              |            |       |          |
| 100       | 7     | 174          | 6,6        | 1,2   | 33,4     |
|           |       |              |            |       |          |
|           |       |              |            |       |          |
| 150       | 301   | 250,3        | 9,84       | 11,55 | 2,27     |
| 200       | 494   | 58,7         | 0,06       | 0     | 15,12    |
| 25        | 108   | 43,5         | 1,65       | 0,3   | 8,35     |
|           |       |              |            |       |          |
| 60        | 3,32  | 67,97        | 1,4        | 2,2   | 4,92     |
| 200       | 60,03 | 223,79       | 10,2       | 13,2  | 21,52    |
| 200       | 1,53  | 60,74        | 0          | 0     | 15,96    |
| 50        | 4,25  | 117,5        | 3,8        | 0,4   | 24,6     |
|           |       |              |            |       |          |
|           |       |              |            |       |          |
| 32        | 1,70  | 75,2         | 2,43       | 0,26  | 15,74    |
| 200       | 11,00 | 84,44        | 1,42       | 0     | 5,01     |
|           |       |              |            |       |          |
|           |       |              |            |       |          |
|           |       |              |            |       |          |
|           |       |              |            |       |          |

| Лист согласования |                |                   |                                 | Тип согласования: последовательное |
|-------------------|----------------|-------------------|---------------------------------|------------------------------------|
| Nº                | ФИО            | Срок согласования | Результат согласования          | Замечания                          |
| 1                 | Атаманова О.М. |                   | Подписано<br>15.12.2025 - 10:28 | -                                  |