

Школа

МБОУ "Актанышская СОШ №1"

Отд./корп

Утверждаю  
Директор школы

Дата

А.М. Мансуров

06.02.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                          | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 730    | Фрикадельк рыбные "Капелька" с соусом томатным | 100      | 26,42 | 166          | 13    | 8    | 10       |
|            | гор.напиток | 342    | Напиток из свежих яблок                        | 200      | 8,74  | 76           | 0     | 0    | 18       |
|            | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                                 | 50       | 3     | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                  | 30       | 194   | 66           | 2     | 0    | 14       |
|            | закуска     | 473    | Салат Зайка                                    | 100      | 7,99  | 47           | 0,4   | 0,4  | 7,35     |
|            | гор.блюда   | 312    | Пюре картофельное                              | 180      | 24,85 | 206          | 4     | 10   | 26       |
| 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      |        |                                                |          |       |              |       |      |          |