Согласовано
Директор МБОУ АСОШ №1 Мансуров Х.М.

Школа: МБОУ "Актанышская СОШ№1" Отд./корп: Дата: 08.12.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 9 | Фрикадельки "Особые" в томатном соусе | 100 | 33,46 | 186 | 10 | 12 | 10 |
| | гор.блюдо | 174 | Каша ячневая вязкая | 150 | 5,85 | 155 | 5 | 4 | 24 |
| | гор.напиток | 3 | Напиток из сухофруктов | 200 | 7,2 | 80 | 1 | 0 | 19 |
| | 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 | 5,42 | 49 | 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 | | | | | | | | |