

Утверждаю
Директор



Школа	МБОУ "Актанышская СОШ №1"			Отд./корм					
Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории	Жиры	Белки	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	259	Жаркое по-домашнему из птицы (грудка куриная)	270	50,63	412			
	гор.напиток	377	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	2,17	63			15
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50	2,55	118			25
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,7	66	2	0	14
	фрукты	338	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	9	47	0	0	7
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								