

Утверждаю  
Директор школы

И.И.Шарипов

Школа МБОУ "Актанышская СОШ №2"

Отд./кор 5-11 кл

Дата 07.03.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                               | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 26     | Котлеты Татарские с соусом томатным | 100      | 24,02 | 168          | 7     | 13   | 5        |
|            |             | 174    | Каша перловая вязкая                | 180      | 6,16  | 225          | 6     | 6    | 35       |
|            | гор.напиток | 377    | Чай с лимоном (полусладкий)         | 217      | 3,35  | 63           | 0     | 0    | 15       |
|            | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                      | 50       | 3     | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            |             |        |                                     |          | 1,94  |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)       | 30       |       | 66           | 2     | 0    | 14       |
|            | закуска     | 45     | Салат "Степной"                     | 100      | 13,1  | 130,5        | 2,15  | 8,27 | 11,9     |
| 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      |        |                                     |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                     |          |       |              |       |      |          |

Завстоловой:



Муфаздалова Р.Р.