

Утверждаю  
Директор школы

И.И.Шарипов

Школа МБОУ "Актанышская СОШ №2"

Отд./кол 5-11 кл.

Дата 15.03.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                         | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 42     | Сосиски отварные с соусом     | 100      | 18,77 | 109          | 4     | 8    | 6        |
|            |             | 173    | Каша гречневая вязкая         | 180      | 8,47  | 224          | 6     | 5    | 34       |
|            | гор.напиток | 1      | Чай полусладкий               | 200      | 1,24  | 21           | 0     | 0    | 5        |
|            | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                | 50       | 3     | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30       | 1,94  | 66           | 2     | 0    | 14       |
|            | фрукты      | 338    | Плоды и ягоды свежие (яблоки) | 100      | 19,8  | 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      |        |                               |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                               |          |       |              |       |      |          |

Завстоловой:

Муфаздалова Р.Р.