Утверждаю
Директор школы: Шайхутдинова А.Р.
Дата: 04.09.2024

Школа: МБОУ "Поисейская СОШ" Отд./корп.:

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 234 | Котлеты рыбные с соусом | 90 | 24,47 | 131 | 8 | 6 | 11 |
| | гор.блюдо | 312 | Пюре картофельное | 180 | 16,67 | 206 | 4 | 10 | 26 |
| | гор.напиток | 377 | Чай с лимоном (полусладкий) | 217 | 2,17 | 63 | 0 | 0 | 15 |
| | хлеб бел. | 1 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,55 | 71 | 2 | 0 | 15 |
| | хлеб черн. | 1 | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 20 | 1,7 | 44 | 1 | 0 | 9 |
| | закуска | 130 | Салат "Метелка" | 60 | 4,11 | 76 | 1 | 6 | 4 |
| | конд.изделие | | Печенье | 32 | 5,12 | 200 | 4 | 5 | 36 |
| | | итого | | 629 | 56,79 | 791 | 20 | 27 | 116 |
| Завтрак | гор.блюдо | 234 | Котлеты рыбные с соусом | 100 | 27,19 | 145 | 9 | 7 | 12 |
| | гор.блюдо | 312 | Пюре картофельное | 200 | 18,52 | 229 | 4 | 11 | 29 |
| | гор.напиток | 377 | Чай с лимоном (полусладкий) | 217 | 2,17 | 63 | 0 | 0 | 15 |
| | хлеб бел. | 1 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,55 | 71 | 2 | 0 | 15 |
| | хлеб черн. | 1 | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 20 | 1,7 | 44 | 1 | 0 | 9 |
| | закуска | 130 | Салат "Метелка" | 100 | 6,85 | 127 | 2 | 10 | 7 |
| | конд.изделие | | Печенье | 32 | 5,12 | 200 | 4 | 5 | 36 |
| | | итого | | 699 | 64,1 | 879 | 22 | 32 | 123 |
| 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 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |