Утверждаю

Директор школы: Шайкутдинова А.Р.

Школа: МБОУ "Поисевская СОШ" | Отд./корп | Дата: 09.09.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 243 | Сосиски отварные | 100 | 36,72 | 108 | 7 | 11 | 1 |
| | гор.блюдо | 203 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 185 | 8,6 | 224 | 6 | 5 | 34 |
| | гор.напиток | 3 | Компот "Фруктовый" сухофрукты (полусладкий) | 200 | 1,91 | 80 | 1 | 0 | 19 |
| | 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 | 45 | Салат из белокочанной капусты | 60 | 3,84 | 52,44 | 0,86 | 3,06 | 5,41 |
| | | | | | | | | | |
| | | итого | | 595 | 53,32 | 579 | 18 | 19 | 83 |
| Завтрак | гор.блюдо | 243 | Сосиски отварные | 100 | 36,72 | 108 | 7 | 11 | 1 |
| | гор.блюдо | 203 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 205 | 7,31 | 249 | 7 | 6 | 38 |
| | гор.напиток | 3 | Компот "Фруктовый" сухофрукты (полусладкий) | 200 | 1,91 | 80 | 1 | 0 | 19 |
| | хлеб бел. | 1 | Хлеб пшеничный | 50 | 4,25 | 118 | 4 | 0 | 25 |
| | хлеб черн. | 1 | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 2,55 | 66 | 2 | 0 | 14 |
| | закуска | 45 | Салат из белокочанной капусты | 100 | 6,4 | 87,4 | 1,42 | 5,1 | 9,02 |
| | | | | | | | | | |
| | | итого | | 685 | 59,14 | 708 | 22 | 22 | 106 |
| 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 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |