Утверждаю

Директор школы: Нургалиева Л.С.

Школа МБОУ "Поисевская СОШ" Отд./корп 06.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность			Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	42	Сосиски отварные с соусом	100	19,93	260	7	11	1
	гор.блюдо	173	Каша гречневая вязкая	150	5,75	187	5	4	29
	гор.напито	1	Чай полусладкий	200	1,51	21	0	0	5
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	30	1,39	71	2	0	15
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,01	44	1	0	9
	фрукты	338	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	25	47	2	0	14
		итого		600	54,59	630	17	15	73
Завтрак	гор.блюдо	42	Сосиски отварные с соусом	100	19,93	260	7	11	1
	гор.блюдо	173	Каша гречневая вязкая	180	6,9	187	5	4	29
	гор.напито	1	Чай полусладкий	200	1,51	21	0	0	5
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50	2,31	118	4	0	25
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,52	66	1	0	9
	фрукты	338	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	25	47	2	0	14
		итого		660	57,17	699	19	15	83
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								