

Школа

МБОУ "Поисевская СОШ"

Утверждаю
Директор школы

Орп

Л.С. Нургалиева

Дата 15.11.2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	42	Сосиски отварные с соусом	100	109	4	8	6
	гор.блюдо	173	Каша гречневая вязкая	150	6,45	5	4	29
	гор.напиток	1	Чай полусладкий	200	1,4	0	0	5
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	30	2,31	2	0	15
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,52	1	0	9
	закуска	37	Салат из картофеля с солеными огурцами	60	11,96	0	3	5
Завтрак	гор.блюдо	42	Сосиски отварные с соусом	100	19,59	4	8	6
	гор.блюдо	173	Каша гречневая вязкая	180	7,74	6	5	34
	гор.напиток	1	Чай полусладкий	200	1,4	0	0	5
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50	2,31	4	0	25
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,52	2	0	14
	закуска	37	Салат из картофеля с солеными огурцами	100	19,93	1	5	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	кислолом.							
	булочное							
	напиток							
	фрукты							