

Школа

МБОУ "Поисевская СОШ"

Утверждаю  
Директор школы  
МБОУ "Поисевская СОШ"

Л.С. Нурғалиева

Дата 16.02.2026

| Прием пищи      | Раздел      | № рец. | Блюдо                                       | Выход, г | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------|-------------|--------|---------------------------------------------|----------|-------------------------|-------|------|----------|
| Завтрак 1       | гор.блюдо   | 175    | Каша "Дружба" вязкая молочная со сл. маслом | 203      | 316                     | 7     | 9    | 37       |
|                 | гор.напиток | тгк 1  | Чай полусладкий                             | 200      | 1                       | 0     | 0    | 5        |
|                 |             | 1      | Хлеб пшеничный                              | 60       | 142                     | 5     | 0    | 30       |
|                 |             |        |                                             |          |                         |       |      |          |
| Завтрак 1-4 кл  | гор.блюдо   | 290    | Мякоть птицы тушеная в соусе                | 100      | 32,24                   | 186   | 11   | 11       |
|                 | гор.блюдо   | 203    | Макаронные изделия отварные                 | 150      | 7,73                    | 187   | 5    | 4        |
|                 | гор.напиток | 17     | Кофейный напиток                            | 200      | 14,4                    | 119   | 3    | 3        |
|                 | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                              | 30       | 2,52                    | 71    | 2    | 0        |
|                 | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)               | 20       | 1,68                    | 44    | 1    | 0        |
|                 | закуска     | 56     | Салат овощной с яблоками                    | 60       | 10,89                   | 21    | 1    | 0        |
| Завтрак 5-11 кл | гор.блюдо   | 290    | Мякоть птицы тушеная в соусе                | 100      | 32,24                   | 186   | 11   | 11       |
|                 | гор.блюдо   | 203    | Макаронные изделия отварные                 | 180      | 9,28                    | 224   | 6    | 5        |
|                 | гор.напиток | 17     | Кофейный напиток                            | 200      | 14,4                    | 119   | 3    | 3        |
|                 | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                              | 50       | 4,2                     | 118   | 4    | 0        |
|                 | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)               | 30       | 2,52                    | 66    | 2    | 0        |
|                 | закуска     | 56     | Салат овощной с яблоками                    | 100      | 18,15                   | 35,1  | 1,16 | 0,19     |
| 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      |        |                                             |          |                         |       |      |          |
|                 |             |        |                                             |          |                         |       |      |          |