

Школа

МБОУ СОШ №2 г. Ак-Довурак

Утвердил: должность

директор

фамилия

Булавко И.С.

Возрастная категория

7-11 лет

дата

10

3

2025

день

месяц

год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Биточки из курицы с маслом сливочным 100/5	105	16,27	8,06	12,5	192,52	294/М/ССЖ	
				Макаронные изделия отварные	150	5,53	4,78	35,29	206,4	202/МССЖ	
			гор.напиток	Напиток кофейный на молоке (3,2%) 200/10	200	3,15	3,2	18,52	117,54	379/М/ССЖ	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,5	0,5	29,5	140,6	Пром	
			фрукты	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	338М	
			<i>итого</i>				615	29,85	16,94	105,61	704,06
2	1	Обед	закуска	Салат картофельный с соленными огурцами и зеленым горошком	60	1,04	4,15	5,86	65,34	42/М/ССЖ	
			1 блюдо	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 200/10	210	1,58	3,65	7,65	70,23	82/М/ССЖ	
			2 блюдо	Бефстроганов из говядины	100	16,25	12,05	4,81	192,93	250/М/ССЖ	
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	171/М/ССЖ	
			напиток	Компот из свежих яблок 200/10	200	0,16	0,16	13,9	58,7	342/М/ССЖ	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,5	0,5	29,5	140,6	Пром	
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>				780	29,84	23,81	90,29	696,76
2	1	<b>Итого за день:</b>			1395	59,69	40,75	195,9	1400,82		