

МБОУ "Актанышская СОШ №2"

Утверждаю  
Директор школы Р.Ф. Галимянова  
Отд./корп 5-11 кл. Дата 11.02.2026



| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 6      | Биточки Морячка с соусом томатным | 50/50    | 27,02 | 136          | 12    | 5    | 9        |
|            | гор.блюдо   | 312    | Пюре картофельное                 | 180      | 21,69 | 206          | 4     | 10   | 26       |
|            | гор.напиток | 648    | Кисель                            | 200      | 4,06  | 103          | 0     | 0    | 26       |
|            | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                    | 50       | 2,52  | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)     | 30       | 1,68  | 66           | 2     | 0    | 14       |
|            | закуска     | 47     | Салат из квашеной капусты         | 100      | 9,79  | 86           | 2     | 5    | 8        |
|            |             |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
| 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      |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                   |          |       |              |       |      |          |

Завстоловой:

Муфаздалова Р.Р.