

МБОУ "Актанышская СОШ№2"

Утверждаю  
Директор школы  
Отд./корп

1-4кл

Р.Ф.Галимянова  
Дата 05.02.2026

| прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                           | Выход, | Цена  | орийнс | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------------------------|--------|-------|--------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 730    | Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным | 100    | 27,95 | 142    | 12    | 5    | 10       |
|            | гор.блюдо   | 312    | Пюре картофельное                               | 150    | 21,69 | 172    | 3     | 8    | 22       |
|            | гор.напиток | 342    | Напиток из свежих яблок                         | 200    | 7,74  | 76     | 0     | 0    | 18       |
|            | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                                  | 30     | 2,52  | 71     | 2     | 0    | 15       |
|            | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                   | 20     | 1,68  | 44     | 1     | 0    | 9        |
|            | закуска     | 47     | Салат из квашеной капусты                       | 60     | 9,79  | 56     | 3     | 5    | 5        |
|            |             |        |                                                 |        |       |        |       |      |          |
| 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.