

МБОУ "Актанышская СОШ№2"

Утверждаю
Директор школы
Отд./корп

Р.Ф.Галимянова

Дата 26.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	171	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,02	336	10,62	11,46	47,83
	гор.напиток	3	Напиток из сухофруктов	200	7,36	80	0,5	0,02	19,43
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50	2,52	118,3	3,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	66	1,5	0,3	13,5
	закуска	41	Плоды и ягоды свежие (мандарины)	90	13,86	72	0,63	0,17	17,1
	закуска	15	Сыр порциями	20	14,96	73	4,31	5,6	0
	фрукты								
Обед									
	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
Полдник	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	булочное								
	напиток								
Ужин									
	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Завстоловой:

Муфаздалова Р.Р.