

МБОУ "Актанышская СОШ№2"

Утверждаю
Директор школы Р.Ф.Галимянова
Отд./корп 5-11 кл Дата 27.01.2026



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	57	Голубцы ленивые с соусом	230	67,25	367,7	14,57	25,78	19,34
	гор.напиток	377	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	3,53	63	0,27	0,06	15,23
	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	Салат из моркови с яблоками	100	13,62	81,9	0,86	5,22	7,87
	пром.	пром.	Печенье	23	8,05	120,9	2,46	3,22	20,52
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.