

МБОУ "Актанышская СОШ №2"

Утверждаю
 Директор школы Р.Ф. Галимянова
 Отд./корп 5-11кл. Дата 31.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	42	Сосиски отварные с соусом	50/50	20,41	109	4,46	8	5,63
	гор.блюдо	171	Каша рисовая рассыпчатая	180	9,69	290,4	4,54	9,34	47,15
	гор.напиток	1	Чай полусладкий	200	1,54	21,04	0,2	0	5,06
	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	45	Салат из свежей капусты	100	7,18	60,4	1,31	3,25	6,47
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.