

Утверждаю
Директор школы

Р.Ф.Галимянова

Школа МБОУ "Актанышская СОШ №2"

Отд./кор 5-11 кл

Дата 08.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	20	Гречка Полевая с мясом	230	69,17	394	22	18	36
	гор.напиток	388	Напиток из шиповника	200	1,5	88	1	0	21
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50	2,31	118	4	0	25
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,52	66	2	0	14
	закуска	338	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	25	47	0	0	7
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.