

МБОУ "Актанышская СОШ№2"

Утверждаю  
 Директор школы Р.Ф.Галимянова  
 Отд./корп 5-11 кл. Дата 15.01.2026



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	203	Макаронные изделия отварные	180	7,73	224,4	6,12	5,36	34,2
	гор. Блюдо	256	Мясо тушеное в соусе	100	54,12	225	13,2	17,38	2,56
	напиток	389	Сок разливной	217	7	103,2	1,4	0,06	24,4
	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	473	Салат "Зайка"	100	7,37	87	2,02	8,04	7,06
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.