

МБОУ "Актанышская СОШ №2"

Утверждаю
 Директор школы Р.Ф.Галимянова
 Отд./корп 5-11 кл Дата 16.01.2026



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	37	Котлеты "Любимые" с соусом томатным	50/50	20,24	154,6	8,13	7,05	14,65
	гор.блюдо	321	Капуста тушеная	180	23,44	135,2	3,72	5,87	17
	гор.напиток	198н	Какао с молоком	200	14,38	107	3,39	2,8	17
	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	338	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	15	47	0,4	0,4	7,35
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.