

МБОУ "Актанышская СОШ№2"

Утверждаю  
 Директор школы Р.Ф.Галимянова  
 Отд./корп 1-4кл Дата 21.05.2026

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                         | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|-------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо  | 203    | Макаронные изделия отварные   | 150      | 7,73  | 187          | 5     | 4    | 29       |
|            | гор. Блюдо | 256    | Мясо тушеное в соусе          | 100      | 54,12 | 225          | 13    | 17   | 3        |
|            | напиток    | 389    | Сок разливной                 | 217      | 7     | 103          | 1     | 0    | 24       |
|            | хлеб бел.  | 1      | Хлеб пшеничный                | 30       | 2,52  | 71           | 2     | 0    | 15       |
|            | хлеб черн. | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 20       | 1,68  | 44           | 1     | 0    | 9        |
|            | закуска    | 473    | Салат "Степной"               | 60       | 7,37  | 78           | 1     | 5    | 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.