

Утверждаю

Директор школы

Р.Ф.Галимянова



Школа МБОУ "Актанышская СОШ№2"

Отд./кор 1-4кл.

Дата 13.12.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                  | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|----------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 42     | Сосиски отварные с соусом              | 100      | 19,59 | 109          | 4     | 8    | 6        |
|            | гор.блюдо   | 173    | Каша гречневая вязкая                  | 150      | 6,45  | 187          | 5     | 4    | 29       |
|            | гор.напиток | 1      | Чай полусладкий                        | 200      | 1,4   | 21           | 0     | 0    | 5        |
|            | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                         | 30       | 2,31  | 71           | 2     | 0    | 15       |
|            | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)          | 20       | 1,52  | 44           | 1     | 0    | 9        |
|            | фрукты      | 37     | Салат из картофеля с солеными огурцами | 60       | 11,96 | 52           | 0     | 3    | 5        |
|            |             |        |                                        |          |       |              |       |      |          |
| 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.