

Утверждаю
Директор школы

Р.Ф.Галимянова

Школа МБОУ "Актанышская СОШ№2"

Отд./ко 5-11 кл

Дата 16.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	256	Мясо тушеное в соусе	100	62,05	225	15	17	3
	гарнир	203	Макаронные изделия отварные	180	7,37	224	6	5	34
	гор.напиток	377	Чай с лимоном полусладкий	217	3,53	63	0	0	15
	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	994	Салат «Пестрый»	100	13,81	140	6,72	4,45	18,46
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.