

Утверждаю
Директор школы

Р.Ф.Галимянова

Школа МБОУ "Актанышская СОШ №2"

Отд./класс 5-11 кл.

Дата 27.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Биточки "Рябушка" с соусом томатным	100	29,73	174	8	10	12
	гор.блюдо		Каша рисовая вязкая	180	7,62	183	5	5	29
	гор.напиток		Чай полусладкий	200	1,51	21	0	0	5
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,31	71	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	2,31	118	4	0	25
	пром.		Печенье	30	1,52	66	2	0	14
	фрукты		Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	25	47	0	0	7
	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
Ужин	хлеб								
Ужин 2	кислолом.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Завстоловой:

Муфаздалова Р.Р.