

МБОУ "Актанышская СОШ№2"

Утверждаю
 Директор школы
 Отд./корп 5-11кл

Р.Ф.Галимянова
 Дата 21.03.2026

| прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, | Цена | орийнд | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------|--------|-------|--------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 392 | Пельмени отварные | 250/5 | 88,76 | 426 | 27 | 16 | 45 |
| | гор.напиток | 1 | Чай полусладкий | 200 | 1,54 | 21 | 0 | 0 | 5 |
| | хлеб бел. | 1 | Хлеб пшеничный | 50 | 2,52 | 118 | 4 | 0 | 25 |
| | хлеб черн. | 1 | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,68 | 66 | 2 | 0 | 13 |
| | Закуска | 994 | Салат "Пестрый" | 100 | 7,63 | 140 | 5 | 18 | 7 |
| | фрукты | 338 | Плоды и ягоды свежие (яблоки) | 100 | 15 | 47 | 0,4 | 0,4 | 7,35 |
| | Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | закуска | | | | | | | | |
| Полдник | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | булочное | | | | | | | | |
| Ужин | напиток | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | гор.блюдо | | | | | | | | |
| Ужин 2 | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | кисломол. | | | | | | | | |
| | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

Завстоловой:



Муфаздалова Р.Р.