

МБОУ "Актанышская СОШ №2"

Утверждаю
Директор школы Р.Ф.Галимянова
Отд./корп 5-11 кл Дата 24.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	392	Пельмени отварные	250/5	88,76	426,3	26,4	15,55	45,12
	гор.напиток	1	Чай полусладкий	200	1,54	21,04	0,2	0	5,06
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50	2,52	118,3	3,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	66	1,5	0,3	13,5
	Закуска	310	Салат "Метелка"	100	7,63	105	1,5	6	12
	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.								
Ужин	напиток								
	гор.блюдо								
Ужин 2	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Завстоловой:

Муфаздалова Р.Р.