



УТВЕРЖДАЮ
Директор МОБУ Башкирская гимназия
с. Большеустьикинское
З.Х. Абубакирова

Рацион: Школьное меню			День: 01.09.2023			
			Неделя: 2			
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Итого за Завтрак		540	15	17	76	516
Обед						
54-11з	Салат из моркови и яблок	80	0,7	8,1	5,7	99
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупка рисовая)	250	6,2	7,2	14,1	146,1
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1
54-5м	Котлета из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8
54-3соус	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
Итого за Обед		860	34,5	25,7	101	773,1
Итого за день		1400	50	43	177	1289