

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

26.03.2024

Завтрак		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	энер.цен
54-16к	Каша "Дружба"	200	5	5,8	24,1	168,9
54-21гн	Кокао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Итого		430	11,9	9,6	51,5	339,6
Завтрак 2						
ТКМ 305,11	Кисель Витоша	200	0	0	24	95
Итого		200	0	0	24	95
Обед						
54-34з	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	80	2,2	5,7	8,3	93,8
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,81	7,05	7,15	115,2
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,6	348,2
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,2
Итого		790	27,79	28,01	85,27	705,5
Итого за весь день		1420	39,69	37,61	160,77	1140,1