

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МОБУ Башкирская гимназия
 с. Большеустыкинское
 _____ З.Х. Абубакирова

27.03.2024

Завтрак		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	энер.цен
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	5,3	5,7	25,3	174,3
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8
Итого		445	14,9	13,2	51,4	384,4
Завтрак 2						
Пром.	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8
Итого		200	0,8	0,8	19,6	88,8
Обед						
54-16з	Винегрет с растительным маслом	80	0,9	7,2	5,3	89,5
54-25с	Суп гороховый	200	6,5	2,8	14,9	110,9
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	14,12	5,78	4,46	126,4
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
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		780	31,3	21,34	92,18	686,7
Итого за весь день		1425	47	35,34	163,18	1159,9