

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОБУ Башкирская гимназия
с. Большеустыжское

3.Х. Абубакирова

Рацион: Школьное меню

День: 04.06.2024

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						
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	250	10,73	14,07	42,86	341,00
54-23гн	Кофейный напиток на молоке	200	3,80	2,90	11,30	86,00
54-19з	Масло сливочное (проциями)	10	0,10	7,2	0,1	66,10
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	106
Итого за Завтрак		505	18	25	76	599
Завтрак 2						
Пром	Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт)	100	3,2	3,2	4,5	62
Пром	Абрикос	100	0,9	0,1	9,0	41
Итого за Завтрак		200	4	3	14	103
Обед						
54-3з	помидор в нарезке	90	0,99	0,18	3,42	19,30
54-11с	Суп картофельный с крупой (перловка)	250	6,40	7,24	13,47	144,50
54-5м	Котлета из курицы	90	17,18	3,88	12,04	151,8
54-12к	Каша пшенная рассыпчатая	150	6,38	6,48	35,49	225,8
54-3осус	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14
ТК № 305,11	Кисель витаминизированный "Витоша"	200	0,0	0,0	24	95
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30
Пром	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51
Итого за Обед		860	36	19	114	772
Итого за день		1565	58	47	204	1473