

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОБУ Башкирская гимназия
с. Большеустыкинское

З.Х. Абубакирова

Рацион: Школьное меню

День: 13.06.2024

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						
54-7к	Каша вязкая молочная пшенная с изюмом	250	10,16	12,10	51,94	357,30
27,01,24	Напиток витаминизированный "Витоша"	200	0,00	0,00	19,40	77,60
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	106
54-19з	Масло сливочное (проциями)	10	0,10	7,2	0,1	66,10
Итого за Завтрак		505	14	20	94	607
Завтрак 2						
Пром	Сок фруктовый(яблочный)	200	1,0	0,2	20,2	87
Итого за Завтрак		200	1	0	20	87
Обед						
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	90	0,87	4,63	2,78	56,10
54-6с	Суп с клецками	250	5,76	4,10	14,25	117,00
54-12м	Плов и з курицы	200	27,23	8,09	33,22	314,60
54-33хн	Напиток апельсиновый	200	0,2	0,0	8	33
Пром	Печенье	25	1,88	2,45	18,60	104,0
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	106
Пром	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51
Итого за Обед		840	41,33	20,11	108,93	781,4
Итого за день		1545	56	40	223	1475