

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОБУ Башкирская гимназия
с. Большеустьикинское

З.Х. Абубакирова

Рацион: Школьное меню

День: 14.06.2024

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,88	5,68	22,33	167,78
54-21гн	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100
54-1з	сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0,0	54
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	106
Итого за Завтрак		510	18,38	14,08	57,03	427,38
Завтрак 2						
Пром	Груша	200	1	1	21	91
Итого за Завтрак		200	0,8	0,6	20,6	91
Обед						
54-6з	Салат из б/капусты с помидорами и огурцами	90	2,03	9,92	3,22	110,20
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,89	7,09	12,68	137,90
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	20,10	18,70	17,20	318,00
54-1хн	Компот из сухофруктов	200	20,06	18,76	17,22	318
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	55	58	101	1145
Итого за день		1550	75	72	179	1663