

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий филиала МОБУ Башкирская гимназия
с.Большеустьикинское
СОШ имени Героя Советского Союза
Латыпова Куддуса Канфиловича д.Новомещерово
Сахаутдинова З.Р.

Рацион: Школьное меню

День: 13.12.2024.

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
54-29м	Фрикадельки из говядины	90	12,31	10,94	6,07	172,00	
54-11г	Картофельное пюре	180	3,69	6,37	23,8	167	
54-3соус	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14	
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	6,4	26,80	
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	106	
Итого за Завтрак			20,26	18,19	60,14	485,76	
Обед							
54-34з	Салат с картофелем с морковью и зеленым горошком	90	2,51	6,44	9,36	105,60	
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,98	2,71	19,42	126,00	
54-5м	Курица тушенная с морковью	90	12,71	5,22	4,00	113,7	
54-9г	Рагу из овощей	200	3,82	9,99	18,17	177,9	
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	20,06	18,76	17,22	318,0	
Пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	30	141	
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43	
Итого за Обед		915	51	44	106	1025	
Итого за день		1450	72	62	166	1510	
Итого за период Завтрак		6040	265	200	777	5856	
Итого за период Обед		9150	400	371	1049	9247	