



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ Башкирская гимназия  
с. Большеустьикинское

З.Х. Абубакирова

Рацион: Школьное меню

День: 09.12.2024

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
<b>Завтрак</b>						
54-26к	Каша жидкая молочная рисовая	250	5,74	7,20	30,33	209,00
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,80	2,90	11,30	86,00
Пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	30	141
54-19з	Масло сливочное (проциями)	10	0,1	7,2	0,1	66
Пром	апельсин	200	1,80	0,4	16,2	113,40
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>720</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>87</b>	<b>615</b>
<b>Обед</b>						
54-12з	Икра морковная	90	1,89	6,42	9,13	101,80
54-8с	Суп гороховый	250	8,16	3,48	18,65	138,60
54-27м	Рагу из курицы	200	20,95	7,04	17,52	314,60
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	20,1	18,8	17	318
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	106
Пром	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51
<b>Итого за Обед</b>		<b>815</b>	<b>56,46</b>	<b>36,5</b>	<b>94,62</b>	<b>1029,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1535</b>	<b>73</b>	<b>55</b>	<b>182</b>	<b>1645</b>