



УТВЕРЖДАЮ  
заведующий филиалом  
МОБУ Башкирская гимназия  
с.Большеустыикинское  
СОИ с.Алегазово  
Валия Зяляева Э.Р.

Рацион: Школьное меню

День: 04.02.2025

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
<b>Завтрак</b>						
54-34с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	7,50	6,80	16,93	159,00
ТК № 305,11	Кисель витаминизированный "Витоща"	200	0	0	23,5	39
54-1з	сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0,0	54
54-19з	Масло сливочное (проциями)	10	0,1	7,2	0,1	66
Пром	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	89
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	106
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>720</b>	<b>15,3</b>	<b>19,6</b>	<b>82,23</b>	<b>512,1</b>
<b>Обед</b>						
54-15з	Икра свекольная	100	2,26	7,15	11,44	118,80
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	151,80
54-12к	Каша пшениная рассыпчатая	150	6,38	6,48	35,49	226
54-3соус	Соус красный основной	20	0,66	0,48	1,78	14
54-33хн	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	7,98	33,0
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	70
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43
<b>Итого за Обед</b>		<b>865</b>	<b>37</b>	<b>26</b>	<b>105</b>	<b>801</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1585</b>	<b>52</b>	<b>45</b>	<b>188</b>	<b>1313</b>