

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

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)
 Рацион: Школьное меню

День: 09.09.2025.
 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						
54-34с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,75	7,56	17,17	179,80
ТК № 305,11	Кисель витаминизированный "Витоша"	200	0	0	23,5	95
Пром	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	89
54-19з	Масло сливочное (проциями)	10	0,08	7,25	0,1	66
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,4	22,1	106
Итого за Завтрак			15,05	16,01	82,5	535,2
Обед						
54-15з	Икра свекольная	100	2,26	7,13	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
ДП-6г	Каша гречневая с овощами	150	7,29	6,95	32,86	223
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
Итого за Обед			37	26	101	784
Итого за день			52	42	183	1320