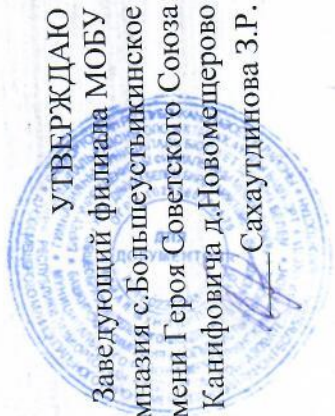




УТВЕРЖДАЮ
Заведующий филиала МОБУ
Башкирская гимназия с.Большеустыинское
СОШ имени Героя Советского Союза
Латыпова Куддуса Канфиовича д.Новомещерово
Сахаутдинова З.Р.

День: 01.09.2025.
Неделя: 1

Рацион: Школьное меню

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6		7
Завтрак							
54-7к	Каша вязкая молочная пшенная с изюмом	200	8,13	9,68	41,55		285,80
		200	4,58	3,52	12,65		100,40
54-21гн	Какао с молоком	200	0,80	0,80	19,60		88,80
Пром	Яблоко	45	3,42	0,40	22,10		105,50
Пром	Хлеб пшеничный	15	3,5	4,4	0,0		54
54-1з	сыр твердых сортов в нарезке	660	20	19	96		634
Итого за Завтрак							
Обед							
54-13з	Салат из свеклы отварной	90	1,21	4,04	6,85		68,50
54-3с	Рассольник ленинградский	250	5,93	7,21	17,04		157,00
54-11и	Плов из отварной говядины	200	15,32	14,73	38,58		348,3
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4		27
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							
		815	28,06	26,78	100,97		757,3
Итого за день							
		1475	48	46	197		1392