



Рацион: Школьное меню

День: 08.05.2026

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
54-4м-11г-3соус	Сложный гарнир: Фрикадельки из говядины, пюре картофельное, соус красный основной	290	16,66	17,79	31,64	353,46
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,6
Итого за Завтрак		550	21,42	18,27	67,56	520,86
Обед						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	90	2,28	9,13	9,35	128,6
54-26с	Суп из овощей	250	1,76	2,44	10,13	69,5
54-5м	Курица тушеная с морковью	90	12,71	5,22	4	113,7
54-2 г	Макароны отварные с овощами	180	5,64	7,44	31,79	216,5
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0	19,82	80,8
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,4	22,1	105,5
Итого за Обед		880	27,84	24,93	105,54	757,3
Итого за день		1430	49,26	43,2	173,1	1278,16