

УТВЕРЖДАЮ
заведующий филиалом
МОБУ Башкирская гимназия
с.Большеустьикинское
СОШ с.Алегазово

Залиева Э.Р.

Рацион: Школьное меню

День: 18.05.2026

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						
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,25	9,31	34,06	249,1
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,87	2,86	11,19	86
54-19з-Пром.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным(порциями),хлеб ржаной	100	6,62	8,09	39,67	257,9
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,25	9,31	34,06	249,1
Итого за Завтрак		500	17,74	20,26	84,92	593
Обед						
54-12з	Икра морковная	90	1,89	6,42	9,13	101,8
54-8с	Суп гороховый	250	8,12	3,47	18,42	137,4
54-27м	Рагу из курицы	200	20,85	7,03	17,31	216,1
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
Пром	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,2
Итого за Обед		1030	39,4	18,16	107	749,5
Итого за день		1530	57,14	38,42	191,92	1342,5