

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий филиалом
 МОБУ Башкирская гимназия
 с.Большеустыкинский
 СОШ с.Алегазово
Залиева Э.Р.

Рацион: Школьное меню

День: 21.05.2026
 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						
54-11г-20р	Запеканка из творога, молоко сгущенное с сахаром	220	40,99	15,93	39,96	467,2
ТК №282,11	Чай витаминизированный	200	0	0	10	39
54-1з-Пром.	Хлеб пшеничный, хлеб ржаной с сыром твердых сортов	85	8,6	5,1	30,5	202
Итого за Завтрак		505	49,59	21,03	80,46	708,2
Обед						
54-34з	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	90	2,51	6,44	9,36	105,6
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,98	2,71	19,42	126
54-4м	Котлета из говядины	90	16,43	15,66	14,79	265,7
54-9г	Рагу из овощей	150	2,53	7,46	12,28	126,4
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,9
Пром	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,6
Итого за Обед		865	33,91	33,1	100,33	834,9
Итого за день		1370	83,5	54,13	180,79	1543,1