

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

Залиева Э.Р.

Рацион: Школьное меню

День: 25.05.2026

Неделя: 1

№ 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						
54-7к	Каша вязкая молочная пшениная с изюмом	200	8	10	42	285,8
54-21гн	Какао с молоком	200	5	4	13	100,4
54-1з-Пром.	Хлеб пшеничный с сыром, хлеб ржаной	60	7	5	22	159,2
Пром.	Яблоко	200	1	1	20	88,8
Итого за Завтрак		660	20,45	18,84	95,89	634,2
Обед						
54-15з	Салат из свеклы отварной	90	1	4	7	68,5
54-3с	Рассольник Ленинградский	250	6	7	17	157
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15	15	39	348,3
54-2гн	Чай с сахаром	200	0	0	6	26,8
Пром	Хлеб пшеничный	45	3	0	22	105,5
Пром	Хлеб ржаной	30	2	0	10	51,2
Итого за Обед			815	28,06	26,78	100,97
Итого за день			1475	48,51	45,62	196,86