УТВЕРЖДАЮ
заведующий филиалом
МОБУ Башкирская гимназия
с.Большеустьикинское
СОШ с.Алегазово
_____ Заляева Э.Р.

Рацион: Школьное меню

День: 29.05.2026
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
54-16к	каша "Дружба"	250	6,25	7,37	30,00	211,10
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,52	12,5	100,40
54-19з	Масло сливочное (проциями)	10	0,1	7,25	0,1	66,10
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,30	8,4	42,70
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,50
Итого за Завтрак		**530**	**16**	**19**	**73**	**526**
Завтрак 2						
Пром	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	113
Итого за Завтрак		**200**	**2**	**0**	**16**	**113**
Обед						
54-7з	Салат из бел/капусты	90	2,27	9,13	9,30	128,40
54-18с	Свекольник со сметаной	250	2,26	5,32	13,37	110,40
54-22м	Рагу из курицы	200	20,95	8,34	17,52	217,4
ТК № 305,11	Кисель витаминизированный "Витоша"	200	0,0	0,0	24	95
Пром	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Пром	Хлеб ржаной	45	3,0	0,5	15,0	77
Итого за Обед		**835**	**32**	**24**	**103**	**745**
Итого за день		**1565**	**50**	**43**	**193**	**1385**