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

Рацион: Школьное меню

День: 30.05.2026
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						
54-6к	Каша вязакая молочная пшенная	250	10,39	12,6	47,06	343,50
27,01,24	Напиток витаминизированный "Витоша"	200	0,00	0,00	19,40	77,6
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,5
54-1з	сыр твердых сортов в нарезке	15	3,48	4,42	0,00	53,7
Итого за Завтрак		**510**	**17,29**	**17,42**	**88,6**	**580,3**
Завтрак 2						
Пром	Яблоко	200	0,80	0,80	19,6	89
Итого за Завтрак		**200**	**0,80**	**0,80**	**19,6**	**89**
Обед						
54-3з	Помидор в нарезке	90	0,99	0,18	3,42	19,30
54-8с	Суп гороховый	250	8,16	3,48	18,65	138,60
54-4м	Котлета из говядины	90	16,43	15,66	14,8	265,70
54-1г	Макароны отварные	150	5,32	4,92	32,80	196,8
54-3осус	Соус красный основной	20	0,66	0,48	1,78	14,2
54-3н	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	7	28
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	15	70
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43
Итого за Обед		**830**	**34**	**25**	**93**	**733**
Итого за день		**1540**	**52**	**43**	**201**	**1402**