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

Рацион: Школьное меню

День: 13.06.2026
Неделя: 2

№ 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						
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,88	5,68	22,33	167,78
54-21гн	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,60	100,4
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,10	105,5
Пром	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10,00	51,2
54-19з	Масло сливочное (проциями)	10	0,1	7,3	0	66
Итого за Завтрак		**535**	**16,96**	**17,33**	**67,16**	**490,98**
Завтрак 2						
Пром	Груша	200	0,8	0,6	20,6	91
Итого за Завтрак		**200**	**0,8**	**0,6**	**20,6**	**91**
Обед						
54-7з	Салат из бел/капусты	90	2,27	9,13	9,30	128,40
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,89	7,09	12,68	137,90
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	20,10	18,70	17,20	318,00
54-1хн	Компот из сухофруктов	200	0,47	0,00	19,78	81,00
Пром	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	25	117
Пром	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85
Итого за Обед		**840**	**36**	**36**	**100**	**868**
Итого за день		**1575**	**54**	**54**	**188**	**1450**