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

Рацион: Школьное меню

День: 16.06.2026
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						
54-1т	Запеканка из творога	200	39,55	14,23	28,86	401,70
Пром	Молоко сгущенное с сахаром	20	1,44	1,7	11,1	66
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	27
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	106
Пром	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	59,80
Итого за Завтрак		**500**	**46,9**	**16,75**	**80,25**	**659,3**
Завтрак 2						
Пром	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35
Итого за Завтрак		**100**	**1**	**0**	**8**	**35**
Обед						
54-7з	Салат из бел/капусты	90	2,27	9,13	9,30	128,40
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,70	2,17	15,53	100,90
54-ДП-4м	Куриные палочки в панировке	100	22,72	2,69	9,71	154,0
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	150	4,43	5,27	30,50	187,1
54-21гн	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,60	100,4
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22	106
Пром	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	11,7	60
Итого за Обед		**820**	**44**	**24**	**111**	**836**
Итого за день		**1420**	**92**	**41**	**199**	**1530**