УТВЕРЖДАЮ
заведующий филиалом
МОБУ Башкирская гимназия
с.Большеустьикинское
СОШ с.Алегазово
_____ Самарина К.Р.

Рацион: Школьное меню

День: 14.10.2026
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						
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,63	2,82	19,2	132,8
27,01,24	Напиток витаминизированный "Витошка"	200	0	0	19,4	77,6
54-1з; 19з;Пром	Хлеб пшеничный, масло сливочное (порциями), сыр твердых сортов в нарезке	85	8,14	12,13	29,65	260,4
Итого за Завтрак		**535**	**15,77**	**14,95**	**68,25**	**470,8**
Обед						
54-16з	Винегрет с растительным маслом	90	1,05	8,04	6,02	100,8
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая)	250	6,19	7,23	14,11	146,2
54-4м	Котлета из говядины	90	16,43	15,66	14,79	265,7
54-16г-3осус	Каша пшенная рассыпчатая, соус карасный основной	170	7,04	6,96	37,27	239,8
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0	6,7	27,9	28
Пром	Хлеб пшеничный	30	0,24	14,76	70,3	70,3
Пром	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	42,7
Итого за Обед		**855**	**31,25**	**67,7**	**213,09**	**893,5**
Итого за день		**1390**	**47,02**	**82,65**	**281,34**	**1364,3**