УТВЕРЖДАЮ
Заведующий филиала МОБУ
Башкирская гимназия с.Большеустьикинское
СОШ имени Героя Советского Союза
Латыпова Куддуса Канифовича д.Новомещерово
Сахаутдинова З.Р.

День: 17.11.2026.вторник
Неделя: 2

Рацион: Школьное меню

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Плов с курицей	200	11	8	17	180	54-12м	90,05
			гор.напиток	Витаминизированный кисель "Витоша"	200	0	0	24	95	ТК № 305,11	11,3
			хлеб	Хлеб пшеничный, масло сливочное (порциями), хлеб ржаной	100	7	12	22	225	54-1з; 19з: Пром.	20,05
			фрукты								
			итого		500	18	20	63	500		121,4
2	2	Обед	закуска	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	90	1,22	9,13	5,42	108,8	54-9з	10,55
			1 блюдо	Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)	250	6,4	7,24	13,47	144,5	54-10с	12,61
			2 блюдо	Котлета из курицы	90	17,18	3,88	12,04	151,8	54-5м	49,31
			гарнир	Каша гречневая с овощами	150	7,29	6,95	32,86	223,3	ДП-6г	9,65
			напиток	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	7,98	33	54-33хн	8,91
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	4,85
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	42,7	Пром	2,42
			итого		855	37,73	27,94	104,7 2	821,3		98,3
2	2	**Итого за день:**			1355	55,73	47,94	167,7 2	1321,3		219,7