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

День: 20.11.2026., пятница
Неделя: 2

Рацион: Школьное меню

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Сложный гарнир: Фрикадельки из говядины, картофель тушеный	240	16	20	31	368	54-29м-139	101,71
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0	0	6	27	54-2гн	1,79
			хлеб	Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	70	5	1	31	148	Пром	6,16
			фрукты								
			итого		510	21	21	68	543		109,66
2	5	Обед	закуска	Салат из белокочанной капусты	90	2,28	9,13	9,35	128,6	54-7з	12,66
			1 блюдо	Суп из овощей	250	1,76	2,44	10,13	69,5	54-26с	11,57
			2 блюдо	Курица тушеная с морковью	90	12,71	5,22	4	113,7	54-25м	44,65
			гарнир	Макароны отварные с овощами	180	5,64	7,44	31,79	216,5	54-2 г	28,45
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0	19,82	80,8	54-35хн	6,26
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22, 1	105,5	Пром	3,24
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	42,7	Пром	1,8
			итого		880	27,82	24,93	105,,54	757,3		108,63
2	5	**Итого за день:**			1390	48,82	45,93	173,,54	1300,3		218,29
		Среднее значение за период:			1464,5	54,188	52,261	189,,85	1356,21		235,276