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

Рацион: Школьное меню

День: 23.11.2026, понедельник
Неделя: 1

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная манная	250	7	7	32	218	54-27к	23,26
			гор.напиток	Какао с молоком	200	5	4	13	100	54-21гн	20,96
			хлеб	Хлеб пшеничный, сыр твердых сортов в нарезке	45	6	5	15	124	54-1з-Пром.	17,16
			фрукты	Яблоко	200	1	1	20	89	Пром.	34
			итого		695	19	17	80	531		95,38
1	1	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной	90	1	4	7	69	54-13з	8,23
			1 блюдо	Рассольник Ленинградский	250	6	7	17	157	54-3с	19,31
			2 блюдо	Плов из отварной говядины	200	15	15	39	348	54-11м	70,61
			гарнир								
			напиток	Чай с сахаром	200	0	0	6	27	54-2гн	1,79
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	3	0	22	106	Пром	4,36
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0	10	51	Пром	2,91
			итого		815	27	26	101	758		107,21
1	1	**Итого за день:**			1510	46	43	181	1289		202,59