



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МОБУ Башкирская гимназия
 с. Большеустыикинское
 З.Х. Абубакирова

Рацион: Школьное меню

День: 14.04.2023

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
54-2т-2020	Запеканка творожно-морковная	200	20,7	12,3	35	332,7
54-7соус-2020	Соус шоколадный	20	1,08	0,94	8,42	46,46
ТК № 305,11	Кисель витаминизированный "Витоша"	200	0	0	23,5	95
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
54-19з-2020	Масло сливочное (проциями)	10	0,1	7,2	0,1	66,1
Пром	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак		575	25,68	21,24	98,92	692,76
Обед						
54-34з-2020	Салат с картофелем с морковью и зеленым горошком	100	2,8	7,2	10,4	117,4
54-3с-2020	Рассольник ленинградский	250	2,4	6,425	16,525	133,325
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	120	17,88	18,6	2,76	251,04
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	200	7,2	6,5	43,7	262,4
ТК №342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6
Пром	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
Итого за Обед		910	33,24	39,285	117,065	956,665
Итого за день		1485	58,92	60,525	215,985	1649,425
Итого за период Завтрак		5715	209,65	195,8	767,9	5684,11
Итого за период Обед		8290	310,455	290,595	1170,875	8561,82