

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий филиалом
 МОБУ Башкирская гимназия
 с.Большеустьикинское
 СОШ с.Адегазово
 Зиннуров Ф.Ф.

Рацион: Школьное меню

День: 03.04.2023
 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						
54-21к-2020	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,30	9,30	34,00	249,10
54-23гн-2020	Кофейный напиток на молоке	200	3,80	2,90	11,30	86,00
Пром	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,3	0,2	14,8	70
54-1з-2020	сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0,0	54
фрукты	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	38
Итого за Завтрак			17,80	17,00	68,20	496,90
Обед						
54-12з-2020	Икра морковная	80	1,60	5,60	8,00	90,70
54-3с-2020	Рассольник ленинградский	250	2,40	6,42	16,52	133,32
54-11и-м-020	Плов из отварной говядины	200	15,30	14,70	38,60	348,3
персик	Сок фруктовый(персик)	200	0,6	0	33,00	134,4
Пром	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	10	47
Пром	Хлеб ржаной	25	2,0	0,4	10,0	51
Итого за Обед			23,42	27,28	115,95	804,76
Итого за день			41,22	44,28	184,15	1301,66