

УТВЕРЖДАЮ

заведующий филиалом
МОБУ Башкирская гимназия
с.Большеустьикинское
СОШ с.Алегазово

Зиннуров Ф.Ф.

Рацион: Школьное меню

День: 04.04.2023

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
ТК № 98	Котлеты или бечочки мясные	100	16,91	15,88	16,97	278,39
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40
ТК № 5	Напиток витаминизированный "Витоша"	200	0,00	0,00	19,00	80,00
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	70,30
54-3осус-2020	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14
Итого за Завтрак			23,07	21,76	72,35	582,25
Обед						
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	80	0,80	7,10	5,50	89,50
54-18с-2020	Свекольник со сметаной	250	2,25	5,35	13,33	110,37
54-5м-2020	Котлета из курицы	75	14,40	3,20	10,10	126,4
54-5г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	5,90	7,00	40,60	249,6
ТК № 356	Кисель из апельсинов	200	0,39	0,1	30,2	141
Пром	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	10	47
Пром	Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	5,0	26
Итого за Обед			26,26	23,11	114,51	789,13
Итого за день			49,33	44,87	186,86	1371,38