

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

Рацион: Школьное меню

День: 10.04.2023

Неделя: 2

№ 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						
54-20к-2020	Каша жидкая молочная гречневая	250	8,9	7,3	33,3	234,1
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	25
54-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,2	0,1	66,10
54-1з-2020	сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
			605	22,30	23,10	80,80
Обед						
54-15з-2020	Икра свекольная	100	2,2	7	11,3	119
54-17с-2020	Суп овощной	250	1,775	4,65	10,1	89
54-4(1)м-2020	Котлета из говядины	100	18,26	17,45	16,53	295,06
54-7г-2020	Рис припущенный	200	4,7	6,4	46,7	262,5
ТК № 305,11	Кисель витаминизированный "Витоша"	200	0	0	23,5	95
Пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
Итого за Обед		935	33,24	36,30	146,03	1043,86
Итого за день		1540,00	55,54	59,40	226,83	1663,26