



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

Рацион: Школьное меню

День: 28.04.2023
Неделя: 2

№ 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						
54-2т-2020	Запеканка творожно-морковная	150	15,50	9,20	26,30	249,30
54-7соус-2020	Соус шоколадный	20	0,92	0,94	8,4	46
ТК № 305,11	Кисель витаминизированный "Витоша"	200	0,0	0,0	24	95
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	70,3
54-19з-2020	Масло сливочное (проциями)	10	0,10	7,2	0,1	66,10
Пром	Яблоко	100	0,40	0,40	9,8	47
Итого за Завтрак		410	18,82	17,54	73,12	527,16
Обед						
54-34з-2020	Салат с картофелем с морковью и зеленым горошком	80	2,20	5,74	8,30	93,90
54-3с-2020	Рассольник ленинградский	250	2,40	6,43	16,53	133,32
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	90	13,50	13,95	2,14	188,4
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,9	32,80	196,8
ТК №342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15	71
Пром	Хлеб ржаной	30	1,0	0,2	9,0	42
Итого за Обед		830	27	32	111	840
Итого за день		1240	46	49	184	1367
Итого за период Завтрак		5645	194	186	723	5360
Итого за период Обед		7270	240	255	996	7293