

Рацион: Школьное меню

День: 20.04.2023
Неделя: 1

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

№ 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						
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	7,5	6,8	16,93	159
54-21нг-2020	Какао с молоком					
Пром	Хлеб пшеничный	200	4,6	3,6	12,6	100,4
54-19з-2020	Масло сливочное(порциями)	60	4,6	0,5	29,5	141
Фрыкты	Яблоко	10	0,1	7,2	0,1	66,1
Пром	Хлеб ржаной	240	1	1	23,6	106,6
Итого за Завтрак		30	2	0,4	10	51,2
Обед		790	19,80	19,50	92,73	624,30
54-15з-2020	Икра свекольная					
54-7с-2020	Суп с макаронами изделиями	100	2,2	7	11,3	119
54-2м-2020	Гуляш из говядины	250	3,15	2,7	22,65	127,5
54-11г-2020	Картофельное пюре	120	20,3	19,7	4,8	278,4
ТК № 305,11	Кисель витаминизированный "Витоша"	200	4,3	6,9	26,4	185,9
Пром	Хлеб пшеничный	200	0	0	23,5	95
Пром	Хлеб ржаной	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Итого за Обед		25	1,7	0,3	8,4	42,7
Итого за день		940	35,05	37,00	119,15	954,00
		1730,00	54,85	56,50	211,88	1578,30