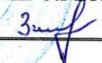


УТВЕРЖДАЮ
 заведующий филиалом
 МОБУ Башкирская гимназия
 с.Большеустьикинское
 СОШ с.Алегазово
 Зиннуров Ф.Ф.

Рацион: Школьное меню

День: 19.05.2023

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						
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	18,00	3,30	225,50
ТК № 11,29	Яблоко	240	1	1	23,6	107
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	106
54-1хн-2020	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	19,8	81
			17,60	19,40	68,80	518,60
Обед						
ТК № 25	Салат "Степной"	80	1,28	4,17	7,01	71,34
54-11с-2020	Суп крестьянский с крупой (рисовая)	250	2,17	6,30	13,50	119,37
54-4м-2020	Котлета из говядины	75	13,70	13,10	12,4	221,30
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,9	32,80	196,8
54-3н-2020	Чай с лимоном	200	0,3	0,0	7	28
Пром	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	10	47
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43
Итого за Обед			26,07	28,93	90,64	726,27
Итого за день			43,67	48,33	159,44	1244,87