



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ Башкирская гимназия
с. Большеустьикинское

З.Х. Абубакирова

Рацион: Школьное меню

День: 11.05.2023

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						
54-20к-2020	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,10	5,80	26,60	187,30
54-21гн- 2020	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100
Пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141
Пром	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	25
54-19з-2020	Масло сливочное (проциями)	10	0,10	7,2	0,1	66,10
Итого за Завтрак		540	17	17	74	519
Обед						
54-15з-2020	Икра свекольная	80	1,70	5,60	9,10	95,20
54-17с-2020	Суп овощной	250	1,77	4,65	10,10	89,00
54-4м-2020	Котлета из голядины	90	16,44	15,72	14,88	265,6
54-7г-2020	Рис припущенный	150	3,5	4,8	35	197
ТК № 305,11	Кисель витаминизированный "Витоша"	200	0,0	0,0	24	95
Пром	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	10	47
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43
Итого за Обед		815	26,63	31,23	110,81	831,22
Итого за день		1355	44	48	185	1350