



Утверждаю: Заведующий

Ахметханов Р.Р.

День: понедельник

Неделя: 1

12.05.2025г.

Рацион: Школьное меню

| №<br>рец.               | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность<br>(ккал) |
|-------------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|
|                         |                                |              | Б                    | Ж            | У             |                                   |
| 1                       | 2                              | 3            | 4                    | 5            | 6             | 7                                 |
| <b>Завтрак</b>          |                                |              |                      |              |               |                                   |
| 54-27к                  | Каша жидкая молочная манная    | 250          | 6,69                 | 7,19         | 31,62         | 217,80                            |
| 54-21гн                 | Какао с молоком                | 200          | 4,60                 | 3,60         | 12,60         | 100,40                            |
| Пром                    | Хлеб пшеничный                 | 45           | 3,42                 | 0,36         | 22,14         | 105,50                            |
| Пром                    | Хлеб ржаной                    | 25           | 1,70                 | 0,30         | 8,40          | 42,70                             |
| 54-1з                   | сыр твердых сортов в нарезке   | 15           | 3,5                  | 4,4          | 0,0           | 54                                |
| Пром                    | Яблоко                         | 200          | 0,8                  | 0,8          | 19,6          | 89                                |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                | <b>735</b>   | <b>21</b>            | <b>17</b>    | <b>94</b>     | <b>609</b>                        |
| <b>Обед</b>             |                                |              |                      |              |               |                                   |
| 54-15з                  | Икра свекольная                | 100          | 2,26                 | 7,15         | 11,44         | 118,80                            |
| 54-3с                   | Рассольник ленинградский       | 250          | 5,93                 | 7,21         | 17,04         | 157,00                            |
| 54-11и                  | Плов из отварной говядины      | 200          | 15,32                | 14,73        | 38,58         | 348,3                             |
| 54-2гн                  | Чай с сахаром                  | 200          | 0,2                  | 0,0          | 6,4           | 27                                |
| Пром                    | Хлеб пшеничный                 | 45           | 3,4                  | 0,4          | 22,1          | 106                               |
| Пром                    | Хлеб ржаной                    | 30           | 2,0                  | 0,4          | 10,0          | 51                                |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                | <b>825</b>   | <b>29,11</b>         | <b>29,89</b> | <b>105,56</b> | <b>807,6</b>                      |
| <b>Итого за день</b>    |                                | <b>1560</b>  | <b>50</b>            | <b>47</b>    | <b>200</b>    | <b>1417</b>                       |