

Утверждаю  
Завфилиалом НОШ д.Мелекасово



Фазлыева Р.Г.  
«21» сентября 2023 г

**МЕНЮ**  
**по учреждению филиал МОБУ Башкирская гимназия с.Большеустыкинское НОШ д.Мелекасово**  
**для учащихся 1-4 классов**  
**на 21.09.2023 г**

**четверг, 1 неделя**

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	54
53-19з	Масло сливочное порциями	10	0,1	7,3	0,1	66,1
54-34с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	7,5	6,8	16,93	159
54-3гн	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105
Пром	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>700</b>	<b>17,3</b>	<b>20</b>	<b>70,43</b>	<b>530,3</b>
<b>Обед</b>						
54-16з	Винегрет с растительным маслом	80	0,9	7,2	5,3	89,5
54-25с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	5,1	5,8	10,8	115,6
54-10м	Капуста тушеная с мясом	200	22	22	13,3	339,4
Пром	Сок виноградный	200	0,6	0,4	32,6	136,4
Пром	Банан	120	1,8	0,6	25,2	113,4
Пром	Хлеб пшеничный	30	3,2	0,2	14,8	70,3
Пром	Хлеб ржаной	30	2,3	0,2	14,8	70,3
<b>Итого за обед</b>		<b>885</b>	<b>32,3</b>	<b>22,4</b>	<b>109,3</b>	<b>767,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1470</b>	<b>57,8</b>	<b>42,6</b>	<b>175,7</b>	<b>1319</b>

