

Утверждаю
Завфилиалом НОШ д.Мелекасово



Фазлыева Р.Г.
«03» октября 2023 г

МЕНЮ
по учреждению филиал МОБУ Башкирская гимназия с.Большеустьикинское НОШ д.Мелекасово
для учащихся 1-4 классов
на 03.10.2023 г

вторник, 1 неделя

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-2н	Гуляш из говядины	90	15,3	14,9	3,5	208,9
Тк№-5	Напиток «Витоша»	200	0	0	19	80
Пром	Хлеб пшеничный	30	3,2	0,2	14,8	70,3
Пром	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Итого за Завтрак		500	22,7	20,8	67,1	549,8
Обед						
54-12з	Икра морковная	80	1,7	5,7	8,1	90,6
54-18с	Свекольник со сметаной	200	1,8	4,3	10,7	88,3
54-12г	Каша пшенная рассыпчатая	150	6,4	6,5	35,5	225,8
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4
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	105,5
Пром	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Итого за обед		805	29,6	23,2	97,4	715,7
Итого за день		1305	52,3	44	164,5	1265,5