

Утверждаю
Завфилиалом НОШ д.Мелекасово



Фазлыева Р.Г.
«12» октября 2023 г

МЕНЮ
по учреждению филиал МОБУ Башкирская гимназия с.Большеустьикинское НОШ д.Мелекасово
для учащихся 1-4 классов
на 12.10.2023 г

Четверг, 2 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
54-20р	Тефтели рыбные (горбуша)	90	14,2	10,2	11,4	193,7
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9
Пром	Йогурт 2,5%	100	3,2	3,2	4,5	62
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105
Итого за Завтрак		685	25,5	20,2	66,4	551,5
Обед						
54-8з	Салат из белокачанной с морковью	80	1,3	8,1	7,7	108,7
54-3с	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5
54-22м	Рагу из курицы	200	21	7	17,5	217,3
Пром	Сок виноградные	200	0,6	0,4	32,6	136,4
Пром	Яблоки	150	0,6	0,6	14,7	66,6
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
Итого за обед		885	32,3	22,4	109,3	767,5
Итого за день		1570	57,8	42,6	175,7	1319