

Утверждаю  
Завфилиалом НОШ д.Мелекасово



Фазлыева Р.Г.  
«21» ноября 2023 г

**МЕНЮ**  
**по учреждению филиал МОБУ Башкирская гимназия с.Большеустьикинское НОШ д.Мелекасово**  
**для учащихся 1-4 классов**  
**на 21.11.2023 г**

**вторник, 1 неделя**

| №<br>рец.        | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(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                                    |