

Утверждаю
Зав филиалом НОШ д.Большекызылбаево

 /Р.Г.Ярмухаметова/

Меню
по учреждению филиала МОБУ БГ с.Большеустьикинское НОШ д.Большекызылбаево
для учащихся 1-4 классов

на « 14 » декабря 2021г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
302,01	Каша гречневая вязкая с маслом	150/10	4,81	8,49	21,54	181,60
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,8	0,4	24,6	118
368,00	Фрукты (Груша)	150	0,6	0,5	15,5	69
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт)	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак			17,37	21,10	64,97	519,64
Обед						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37
38,59	Яблоко	100	0,4	0,4	9,80	47,00
66,63	Суп-лапша	200	2,22	4,23	12,49	97,08
97,64	Жаркое по-домашнему	200	20,20	21,24	19,94	351,84
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,3	0,2	15	71
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	20	1,0	0,2	9,0	42
Итого за Обед			27,2	31,4	82,5	724,7
Итого за день			44,57	52,48	147,48	1244,33