

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 « 16 » декабря 2021г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
469,02	Фрикадельки мясные с томатным соусом	80/30	11,30	9,30	8,20	162,00
138,21	Картофельное пюре	180	3,6	5,56	24,2	163,00
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
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
15,00	сок фруктовый	200	1,0	0,0	33,0	136
27,01	Сыр (порциями)	13	2,93	2,83	0	37
Итого за Завтрак			23,23	18,58	128,91	779,50
Обед						
2,10	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12
67,32	Свекольник со сметаной	200/10	2,25	4,93	14,74	112,75
423,18	Тефтели рыбные (филе горбуши) с томатным соусом	60/40	7,86	6,26	8,12	120,8
302,01	Каша гречневая вязкая с маслом	150/10	4,81	8,49	21,54	181,60
285	Чай с лимоном и сахаром	200			9,98	39,9
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	20	1,0	0,2	9,0	42
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			20,48	23,36	88,75	647,17
Итого за день			43,71	41,94	217,66	1426,67