

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 « 18 » января 2022г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
649,09	Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59
78,03	Омлет запеченный с сыром	120	14,97	16,15	1,97	214,08
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,8	0,4	24,6	118
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт)	100	3,2	3,2	4,5	62
<b>Итого за Завтрак</b>			22,39	21,58	56,82	516,17
<b>Обед</b>						
25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
129,08	Суп картофельный с горохом и гречками	250	8,00	4,00	32,00	199,00
118,08	Рагу овощное с отварным мясом	200	14,30	17,30	14,00	269,0
113,00	Апельсины	200	2,00	0,00	16,00	86,0
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
420,09	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,4	0,4	22	106
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	20	1,0	0,2	9,0	42
<b>Итого за Обед</b>			29,44	24,98	109,24	798,99
<b>Итого за день</b>			51,83	46,56	166,06	1315,16