

Утверждаю  
Завфилиалом НОШ д.Мелекасово



Фазлыева Р.Г.  
«30» сентября 2024 г

**МЕНЮ**  
**по учреждению филиал МОБУ Башкирская гимназия с.Большеустьикинское НОШ д.Мелекасово**  
**для учащихся 1-4 классов**  
**на 30.09.2024 г**

| Нед<br>еля | День<br>недел<br>и | Прием<br>пищи  | Раздел меню | Блюда                                  | Вес блюда, г | Белки | Жиры  | Углеводы | Калорийност<br>ь | №<br>рецептуры  | Цена   |
|------------|--------------------|----------------|-------------|----------------------------------------|--------------|-------|-------|----------|------------------|-----------------|--------|
| 1          | 1                  | Завтрак        | гор.блюдо   | Каша жидкая молочная<br>манная         | 250          | 7     | 7     | 32       | 217,8            | 54-27к          | 15,25  |
|            |                    |                |             |                                        |              |       |       |          |                  |                 |        |
|            |                    |                | гор.напиток | Какао с молоком                        | 200          | 5     | 4     | 13       | 100,4            | 54-21гн         | 14,02  |
|            |                    |                | хлеб        | Хлеб пшеничный с сыром,<br>хлеб ржаной | 85           | 9     | 5     | 31       | 202,7            | 54-13-<br>Пром. | 31     |
|            |                    |                | фрукты      | Яблоко                                 | 200          | 1     | 1     | 20       | 88,8             | Пром.           | 13,34  |
|            |                    |                |             |                                        |              |       |       |          |                  |                 |        |
|            |                    |                |             |                                        |              |       |       |          |                  |                 |        |
|            |                    |                | итого       |                                        | 735          | 20,69 | 16,69 | 94,32    | 609,7            |                 | 73,61  |
| 1          | 1                  | Обед           | закуска     | Икра свекольная                        | 100          | 2     | 7     | 11       | 118,8            | 54-15з          | 16,76  |
|            |                    |                | 1 блюдо     | Рассольник ленинградский               | 250          | 6     | 7     | 17       | 157              | 54-3с           | 16,46  |
|            |                    |                | 2 блюдо     | Плов из отварной говядины              | 200          | 15    | 15    | 39       | 348,3            | 54-11м          | 57,37  |
|            |                    |                | гарнир      |                                        |              |       |       |          |                  |                 |        |
|            |                    |                | напиток     | Чай с сахаром                          | 200          | 0     | 0     | 6        | 26,8             | 54-2гн          | 1,76   |
|            |                    |                | хлеб бел.   | Хлеб пшеничный                         | 45           | 3     | 0     | 22       | 105,5            | Пром            | 3,24   |
|            |                    |                | хлеб черн.  | Хлеб ржаной                            | 30           | 2     | 0     | 10       | 51,2             | Пром            | 2,07   |
|            |                    |                |             |                                        |              |       |       |          |                  |                 |        |
|            |                    |                |             |                                        |              |       |       |          |                  |                 |        |
|            |                    |                | итого       |                                        | 825          | 29,11 | 29,89 | 105,56   | 807,6            |                 | 97,66  |
| 1          | 1                  | Итого за день: |             |                                        | 1560         | 49,8  | 46,58 | 199,88   | 1417,3           |                 | 171,27 |

