



Фазлыева Р.Г.
«19» марта 2025г

МЕНЮ
по учреждению филиал МОБУ Башкирская гимназия с.Большеустьикинское НОШ д.Мелекасово
для учащихся 1-4 классов
на 19.03.2025 г

Недел я	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда , г	Белк и	Жир ы	Углевод ы	Калорийност ь	№ рецептур ы	Цена
2	3	Завтра к	гор.блюдо	Плов из курицы	200	27,23	8,09	33,22	314,6	54-12м	71,26
			гор.напито к	Компот из сухофруктов	200	20,06	18,76	17,22	318	54-1хн	5,83
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	70	Пром	2,16
			фрукты	Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт)	100	3,2	3,2	4,5	62	Пром.	32
			<i>итого</i>		530	52,79	30,35	69,74	764,6		111,2 5
2	3	Обед	закуска	Салат из моркови с яблоками	90	0,78	9,15	6,1	109,8	54-11з	10,84
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,89	7,09	12,68	137,9	54-2с	14,78
			2 блюдо	Жаркое по домашнему из курицы	200	24,81	6,23	17,59	225,7	54-28м	90,67
			гарнир								
			напиток	Чай витаминизированный	200	0	0	10	39	ТК №282,11	5,45
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	106	Пром	2,61
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	1,8
			фрукты	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8	Пром	31
			<i>итого</i>		1015	37,68	24,07	98,07	758,4		157,1 5
2	3	Итого за день:			1545	90,47	54,42	167,81	1523		268,4