



Фазлыева Р.Г.  
«21» марта 2025 г

**МЕНЮ**  
**по учреждению филиал МОБУ Башкирская гимназия с.Большеустьикинское НОШ д.Мелекасово**  
**для учащихся 1-4 классов**  
**на 21.03.2025 г**

| Неделя | День недели | Прием пищи            | Раздел меню  | Блюда                                            | Вес блюда, г | Белки | Жиры  | Углеводы | Калорийность | № рецептуры  | Цена   |
|--------|-------------|-----------------------|--------------|--------------------------------------------------|--------------|-------|-------|----------|--------------|--------------|--------|
| 2      | 5           | Завтрак               | гор.блюдо    | Фрикадельки из говядины                          | 90           | 12,31 | 10,94 | 6,1      | 172          | 54-29м       | 50,65  |
|        |             |                       |              | Картофельное пюре,соус красный основной          | 200          | 4,35  | 6,85  | 25,57    | 181,5        | 54-11г-3соус | 22,75  |
|        |             |                       | гор.напиток  | Чай с сахаром                                    | 200          | 0,2   | 0     | 6,4      | 26,8         | 54-2гн       | 1,76   |
|        |             |                       | хлеб         | Хлеб пшеничный                                   | 45           | 3,4   | 0,4   | 22,1     | 106          | Пром         | 2,61   |
|        |             |                       | фрукты       |                                                  |              |       |       |          |              |              |        |
|        |             |                       | булочное     |                                                  |              |       |       |          |              |              |        |
|        |             |                       |              |                                                  |              |       |       |          |              |              |        |
|        |             |                       | <i>итого</i> |                                                  | 535          | 20,26 | 18,19 | 60,17    | 486,3        | 0            | 77,77  |
| 2      | 5           | Обед                  | закуска      | Салат с картофелем с морковью и зеленым горошком | 90           | 2,51  | 6,44  | 9,36     | 105,6        | 54-34з       | 13,67  |
|        |             |                       | 1 блюдо      | Суп картофельный с макаронами изделиями          | 250          | 5,98  | 2,71  | 19,42    | 126          | 54-7с        | 19,51  |
|        |             |                       | 2 блюдо      | Курица тушенная с морковью                       | 90           | 12,71 | 5,22  | 4        | 113,7        | 54-5м        | 40,55  |
|        |             |                       | гарнир       | Рагу из овощей                                   | 200          | 3,82  | 9,99  | 18,17    | 177,9        | 54-9г        | 22,52  |
|        |             |                       | напиток      | Компот из смеси сухофруктов                      | 200          | 20,06 | 18,76 | 17,22    | 318          | 54-1хн       | 5,83   |
|        |             |                       | хлеб бел.    | Хлеб пшеничный                                   | 60           | 4,6   | 0,5   | 29,5     | 140,6        | Пром         | 4,32   |
|        |             |                       | хлеб черн.   | Хлеб ржаной                                      | 25           | 1,7   | 0,3   | 8,4      | 42,7         | Пром         | 1,73   |
|        |             |                       |              |                                                  |              |       |       |          |              |              |        |
|        |             |                       |              |                                                  |              |       |       |          |              |              |        |
|        |             |                       | <i>итого</i> |                                                  | 915          | 51,38 | 43,92 | 106,07   | 1024,5       | 0            | 108,13 |
| 2      | 5           | <b>Итого за день:</b> |              |                                                  | 1450         | 71,64 | 62,11 | 166,24   | 1510,8       | 0            | 185,9  |