

Утверждаю  
Заведующий филиалом

ООШ д. Абдрахимово

 Гильметдинова Г.Х.

## МЕНЮ

На 02.10.2025г.

| ФМОБУ Башкирская гимназия<br>ООШ д. Абдрахимово |            |                                                                                      | Отд./ко<br>рп |          |                  |           |          |              |
|-------------------------------------------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------|------------------|-----------|----------|--------------|
| Раздел                                          | №<br>рец.  | Блюдо                                                                                | Выход, г      | Цен<br>а | Калорийно<br>сть | Белк<br>и | Жир<br>ы | Углевод<br>ы |
| гор.блюдо                                       | 54-10р-27г | Сложный гарнир:рыба тушенная в томате с овощами(горбуша), каша гречневая рассыпчатая | 280           | 98,45    | 472              | 26        | 19       | 49           |
| гор.напиток                                     | 54-32хн    | Компот из свежих яблок                                                               | 200           | 8,31     | 42               | 0         | 0        | 10           |
| хлеб                                            | Про м.     | Хлеб пшеничный, хлеб ржаной                                                          | 75            | 5,40     | 157              | 5         | 1        | 32           |
| фрукты                                          |            |                                                                                      |               |          |                  |           |          |              |
| закуска                                         | 54-9з      | Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками                                  | 100           | 11,75    | 121              | 1         | 10       | 6            |
| 1 блюдо                                         | 54-32с     | Уха ростовская                                                                       | 250           | 34,95    | 116              | 8         | 4        | 12           |
| 2 блюдо                                         | 54-29м     | Фрикадельки из говядины                                                              | 100           | 93,46    | 191              | 14        | 12       | 7            |
| гарнир                                          | 54-27г     | Рис припущенный с томатом                                                            | 180           | 12,71    | 240              | 5         | 5        | 44           |
| сладкое                                         | 54-20хн    | Кисель из апельсинов                                                                 | 200           | 21,64    | 60               | 0         | 0        | 14           |
| хлеб бел.                                       | Про м.     | Хлеб пшеничный                                                                       | 45            | 3,24     | 106              | 3         | 0        | 22           |
| хлеб черн.                                      | Про м.     | Хлеб ржаной                                                                          | 30            | 1,80     | 51               | 2         | 0        | 10           |
|                                                 |            |                                                                                      |               |          |                  |           |          |              |