

Утверждаю:



Р.М. Халимова

(Руководитель)

Меню
по учреждению филиал МОБУ БГ с.Большеустьикинское НОШ д.Октябрьск
для учащихся 1-4 классов на 04.10.2022 г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
25,09	Салат из свеклы с яблоками	80	0,99	3,11	5,95	54,96
78,03	Омлет запеченный с сыром	120	14,97	16,15	1,97	214,08
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,8	0,4	28	130
Итого за Завтрак			19,51	19,67	42,71	441
Обед						
649,09	Икра морковная	40	1,00	3,00	4,00	46,00
129,08	Суп картофельный с горохом	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
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
420,09	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	2	0	15	71
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	20	1,0	0,2	9,0	42
Итого за Обед			27,70	24,86	104,60	722
Итого за день			47,21	44,53	147,31	1163