

Утверждаю:



Р.М. Халимова

(Руководитель)

Меню
по учреждению филиал МОБУ БГ с.Большеустыкинское НОШ д.Октябрьск
для учащихся 1-4 классов на 06.10.2022 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						
469,02	Фрикадельки мясные с томатным соусом	60/40	9,25	9,84	7,96	157,63
138,21	Картофельное пюре	180	3,6	5,56	24,2	163,00
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,9	79
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,8	0,4	24,6	118
27,01	Сыр (порциями)	12	2,93	2,83	0	37
Итого за Завтрак			19,74	18,79	75,61	553,78
Обед						
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62
445,35	Котлеты мясные с томатным соусом	120	16,20	14,50	13,90	252,00
302	Каша перловая рассыпчатая с маслом	150/10	4,60	3,60	31,70	180,00
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,3	0,2	15	71
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	20	1,0	0,2	9,0	42
Итого за Обед			26,09	24,21	89,46	685,02
Итого за день			45,83	43,00	165,07	1238,80