

Утверждаю  
Завфилиалом НОШ д.Мелекасово



Фазлыева Р.Г.  
«18" октября 2022 г

**МЕНЮ**  
**по учреждению филиал МОБУ Башкирская гимназия с.Большеустыкинское НОШ д.Мелекасово**  
**для учащихся 1-4 классов**  
**на 18.10.2022 г**

Рацион: Школьное меню

День:  
Неделя: 1

вторник

| №<br>рец.        | Прием пищи, наименование блюда | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|------------------|--------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|-------------------------------------------|
|                  |                                |                 | Б                    | Ж     | У     |                                           |
| 1                | 2                              | 3               | 4                    | 5     | 6     | 7                                         |
| Завтрак          |                                |                 |                      |       |       |                                           |
| 25,09            | Салат из свеклы с яблоками     | 60              | 0,68                 | 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                 | 50              | 3,8                  | 0,4   | 24,6  | 118                                       |
| Итого за Завтрак |                                |                 | 19,51                | 19,67 | 42,71 | 429,32                                    |