

Утверждаю  
Завфилиалом НОШ д.Мелекасово



Фазлыева Р.Г.  
«13» апреля 2023 г

**МЕНЮ**  
**по учреждению филиал МОБУ Башкирская гимназия с.Большеустыикинское НОШ д.Мелекасово**  
**для учащихся 1-4 классов**  
**на 13.04.2022 г**

Рацион: Школьное меню

День: четверг

Неделя: 2

| №<br>рец.        | Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|------------------|--|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------------|
|                  |  |              | Б                    | Ж     | У     |                                      |
| 1                | 2  | 3            | 4                    | 5     | 6     | 7                                    |
| Завтрак          |  |              |                      |       |       |                                      |
| 154-10р-2020     | Рыба припущенная в томате с овощами<br>(Горбуша) | 100          | 16,10                | 11,30 | 6,30  | 191,9                                |
| 54-7г-2020       | Рис припущенный                                  | 150          | 3,5                  | 4,8   | 35,00 | 196,9                                |
| 54-4гн-2020      | Чай с молоком и сахаром                          | 200          | 1,6                  | 1,1   | 8,7   | 51                                   |
| Пром             | Хлеб ржаной                                      | 25           | 1,70                 | 0,3   | 8,4   | 42,70                                |
| Пром             | Яблоко   | 120          | 0,5                  | 0,5   | 11,8  | 53                                   |
| Итого за Завтрак |  |              | 17,40                | 18,70 | 73,83 | 109,93                               |
| Итого за день    |  |              | 17,40                | 18,70 | 73,83 | 109,93                               |