



Меню
ФМОБУ лицей №1 с.Большеустыкинское НОШ д.Н.Тукбаево для учащихся 1-4 классов
 на «5» сентября 2024 года

День: четверг
 Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
54-10р	Рыба припущенная в томате с овощами (Горбуша)	100	16,10	11,30	6,30	191,90
54-27г	Рис припущенный с томатом	150	3,75	4,42	36,32	200,10
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,2	14,8	70,30
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43
Итого за Завтрак		505	24,01	16,38	93,7	619,6
Итого за день		505	24,01	16,38	93,7	619,6