

Утверждаю

Заведующий филиала МОБУ лицей №1  
с.Большеустьикинское СОШ  
с.Новомуслюмово:

А.Р.Зиганшин

### Меню

по филиалу МОБУ лицей №1 с.Большеустьикинское СОШ с.Новомуслюмово  
для учащихся 1 – 4 классов, учащихся 1 – 4 классов (льготной категории)  
на 13 марта 2025 г

| №<br>рец.               | Прием пищи, наименование блюда                      | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------------------|
|                         |                                                     |                 | Б                    | Ж            | У             |                                        |
| 1                       | 2                                                   | 3               | 4                    | 5            | 6             | 7                                      |
| <b>Завтрак</b>          |                                                     |                 |                      |              |               |                                        |
| 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                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                     | <b>505</b>      | <b>24,01</b>         | <b>16,38</b> | <b>93,7</b>   | <b>619,6</b>                           |
| <b>Обед</b>             |                                                     |                 |                      |              |               |                                        |
| 54-9з                   | Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками | 90              | 1,21                 | 9,31         | 5,31          | 108,20                                 |
| 54-32с                  | Уха ростовская                                      | 250             | 6,23                 | 9,13         | 9,30          | 128,40                                 |
| 54-16м                  | Тефтели из говядины с рисом                         | 90              | 13,01                | 13,17        | 7,28          | 199,70                                 |
| 54-11г                  | Картофельное пюре                                   | 150             | 3,07                 | 5,31         | 19,82         | 139,4                                  |
| 54-20хн                 | Кисель из апельсинов                                | 200             | 0,4                  | 0,1          | 14,30         | 59,8                                   |
| Пром                    | Сок для детского питания (персиковый)               | 200             | 1                    | 0,2          | 20,20         | 86,6                                   |
| Пром                    | Хлеб пшеничный                                      | 45              | 3,4                  | 0,4          | 22,1          | 106                                    |
| Пром                    | Хлеб ржаной                                         | 30              | 2,0                  | 0,4          | 10,0          | 51                                     |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                     | <b>1055</b>     | <b>30,32</b>         | <b>38,02</b> | <b>108,31</b> | <b>878,8</b>                           |
| <b>Итого за день</b>    |                                                     | <b>1560</b>     | <b>54,33</b>         | <b>54,4</b>  | <b>202,01</b> | <b>1498,4</b>                          |