



Утверждаю
Заведующий ФМОБУ лицей
№1 с.Большеустьикинское
НОШ д.Сабанаково
Л.В.Мухаметова
(Руководитель)

Меню

ФМОБУ лицей №1 с.Большеустьикинское НОШ д. Сабанаково
для учащихся 1-4 классов
на 27.03 2025

Рацион: Школьное меню		День:		четверг	
		Неделя:		1	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
2	3	4	5	6	7
Завтрак					
Рыба припущенная в томате с овощами (Горбуша)	100	16,10	11,30	6,30	191,90
Рис припущенный с томатом	150	3,75	4,42	36,32	200,10
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,2	14,8	70,30
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43
Итого за Завтрак	505	24,01	16,38	93,7	619,6