



Утвержд  
д.Н.Тукбаев  
Т.Г.Валеев

**Меню**  
**филиала МОБУ лицей №1 с.Большеустыкинское НОШ д.Нижнее Тукбаево**

для учащихся 1-4 классов  
на « 28 апреля » 2025 г  
День: Понедельник 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
<b>Завтрак</b>						
54-27к	Каша жидкая молочная манная	250	6,69	7,19	31,62	217,8
54-21гн	какао с молоком	200	4,60	3,60	12,60	100,40
Пром	Яблоко	200	0,80	0,80	19,6	89
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	106
54-1з	сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0,0	54
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>735</b>	<b>21</b>	<b>17</b>	<b>94</b>	<b>609</b>
		500	15	16	67	470
			19	20	84	588
<b>Обед</b>						
54-15з	Икра свекольная	100	2,26	7,15	11,44	118,8
54-3с	Рассольник ленинградский	250	5,93	7,21	17,04	157,00
54-11и	Плов из отварной говядины	200	15,32	14,73	38,58	348,3
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
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>825</b>	<b>29,11</b>	<b>29,89</b>	<b>105,56</b>	<b>807,80</b>
		700	23,1	23,7	100,5	705
		800	26,95	27,65	117,25	822,5
<b>Итого за день</b>		<b>1560</b>	<b>50</b>	<b>47</b>	<b>200</b>	<b>1417</b>
		1200	39	40	168	1175