



Утвержд.:  
д.Н.Тукбаево  
Т.Г.Вальдман

**Меню**  
**филиала МОБУ лицей №1 с.Большеустьикинское НОШ д.Нижнее Тукбаево**  
**для учащихся 1-4 классов**

на 30 мая 2025 г

День: Понедельник Неделя: I

| №<br>реп.               | Прием пищи, наименование блюда | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность<br>(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>807,60</b>                        |
|                         |                                | 700             | 23,1                 | 23,7         | 100,5         | 705                                  |
|                         |                                | 800             | 28,95                | 27,65        | 117,25        | 822,5                                |
|                         |                                | 1580            | 50                   | 47           | 200           | 1417                                 |
| <b>Итого за день</b>    |                                | <b>1200</b>     | <b>39</b>            | <b>40</b>    | <b>168</b>    | <b>1175</b>                          |