

Утверждаю

Заведующий ФМОБУ лиц

№1 с.Большеустыкинский

НОШ д.Сабанаково

А.А.Сабигияров

(Руководитель)



Меню

ФМОБУ лицей №1 с.Большеустыкинский НОШ д.Сабанаково
 для учащихся 1-4 классов
 на 02.10.2025

Рацион: Школьное меню		День:	четверг		
		Неделя:	I		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
2	3	4	5	6	
Завтрак					
Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша)	100	16,10	11,30	6,30	191,9
Каша гречневая рассыпчатая	180	9,87	7,61	43,12	280,5
Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	9,93	41,5
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,2	14,8	70,3
Итого за Завтрак	510	28,4	19,29	74,11	584