



Утверждаю:  
Зав. филиалом НОШ д.Н.Тукбаево  
Г.Г.Валиева

**Меню**  
**ФМОБУ лицей №1 с.Большеустьяжское НОШ д.Н.Тукбаево для учащихся 1-4 классов**

на 4 декабря 2025 года

День: четверг

Неделя: 1

| №<br>реп.               | Прием пищи, наименование блюда            | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая ценность<br>(ккал) |
|-------------------------|-------------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
|                         |                                           |                 | Б                    | Ж            | У            |                                   |
| 1                       | 2                                         | 3               | 4                    | 5            | 6            | 7                                 |
| <b>Завтрак</b>          |                                           |                 |                      |              |              |                                   |
| 54-10р                  | Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша) | 100             | 16,10                | 11,30        | 6,30         | 191,90                            |
| 54-4г                   | Каша гречневая рассыпчатая                | 180             | 9,87                 | 7,61         | 43,12        | 280,50                            |
| 54-32хн                 | Компот из свежих яблок                    | 200             | 0,15                 | 0,14         | 9,93         | 41,50                             |
| Пром                    | Хлеб пшеничный                            | 30              | 2,28                 | 0,2          | 14,8         | 70,30                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                           | <b>510</b>      | <b>28,4</b>          | <b>19,29</b> | <b>74,11</b> | <b>584,2</b>                      |