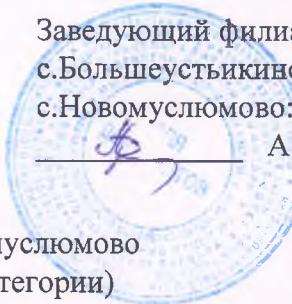


Утверждаю

Заведующий филиала МОБУ лицей №1
с.Большеустьикинское СОШ
с.Новомуслюмово:

А.Р.Зиганшин



Меню

по филиалу МОБУ лицей №1 с.Большеустьикинское СОШ с.Новомуслюмово
для учащихся 1 – 4 классов, учащихся 1 – 4 классов (льготной категории)
на 21 января 2026 г

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--|-----------------|----------------------|-----------|------------|--|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 54-12м | Плов из курицы | 200 | 27,23 | 8,09 | 33,22 | 314,60 |
| 54-1хн | Компот из сухофруктов | 200 | 0,38 | 0,00 | 19,82 | 80,80 |
| Пром | Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт) | 100 | 3,20 | 3,2 | 4,5 | 62,00 |
| 54-1з | сыр твердых сортов в нарезке | 15 | 3,50 | 4,4 | 0,0 | 53,70 |
| Пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 70 |
| Итого за Завтрак | | 545 | 37 | 16 | 72 | 581 |
| Обед | | | | | | |
| 54-11з | Салат из моркови с яблоками | 90 | 1,22 | 9,13 | 5,42 | 108,80 |
| 54-2с | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250 | 5,50 | 7,02 | 9,66 | 123,70 |
| 54-16м | Тефтели из говядины с рисом | 90 | 13,01 | 13,17 | 7,28 | 199,7 |
| 54-5г | Каша перловая рассыпчатая | 200 | 5,9 | 7,02 | 40,67 | 249,5 |
| 54-3соус | Соус красный основной | 20 | 0,7 | 0,5 | 1,8 | 14 |
| TK №282,11 | Чай витаминизированный | 200 | 0,0 | 0,0 | 10,0 | 39 |
| Пром | Хлеб пшеничный | 45 | 3,4 | 0,4 | 22,1 | 106 |
| Пром | Хлеб ржаной | 30 | 2,0 | 0,4 | 10,0 | 51 |
| Итого за Обед | | 925 | 32 | 38 | 107 | 892 |
| Итого за день | | 1470 | 68 | 54 | 179 | 1473 |