

Утверждаю
(Руководитель)



Меню ФМОБУ лицей №1 с.Большеустькинское
СОШ имени Х.Я.Фаткуллина с.Д-Мечетлино
для учащихся 1-4 классов ,ОВЗ 1- 4 кл.

на 29 января 2026

Завтр ак	Наименование блюда	Калорий	Объем порции (г)
	Рыба припущенная в томате с овощами (Горбуша)	191,90	100
	Каша гречневая рассыпчатая	280,50	180
	Компот из свежих яблок	41,50	200
	Хлеб пшеничный	70,30	30
Обед	Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками	108,80	90
	Уха ростовская	116,10	250
	Фрикадельки из говядины	172,00	90
	Рис припущенный с томатом	240,1	180
	Кисель из апельсинов	59,7	200
	Хлеб пшеничный	70,3	30
	Хлеб ржаной	43	25

Утверждаю
(Руководитель)



Меню ФМОБУ лицей №1 с.Большеустькинское
СОШ имени Х.Я.Фаткуллина с.Д-Мечетлино
для учащихся 5-10 классов, ОВЗ 5-10 кл

на 29 января 2026

Завтр ак	Наименование блюда	Калорий	Объем порции (г)
	Рыба припущенная в томате с овощами (Горбуша)	191,90	100
	Каша гречневая рассыпчатая	280,50	180
	Компот из свежих яблок	41,50	200
	Хлеб пшеничный	105,50	45
	Хлеб ржаной	51,20	30
Обед	Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками	120,90	100
	Уха ростовская	116,10	250
	Фрикадельки из говядины	191,20	100
	Рис припущенный с томатом	240,1	180
	Кисель из апельсинов	59,7	200
	Хлеб пшеничный	105,5	45
	Хлеб ржаной	51	30