

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 15 сентября 2026 г

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
						Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Сложный гарнир: Котлета из курицы,макароны отварные с овощами (лук. морковь)	260	22	9	45	360	54-5м-400
			гор.напиток	Чай с лимоном и сахаром	200	0	0	7	28	54-3гн
			хлеб	Хлеб пшеничный, масло сливочное (порциями)	55	3	8	22	172	54-19з; Пром
			фрукты							
			итого		515	25	17	74	560	
1	2	Обед	закуска	Салат из моркови и яблок	90	0,82	9,15	6,44	111,4	54-11з
			1 блюдо	Свекольник (со сметаной)	250	2,26	5,32	13,37	110,4	54-18с
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему	200	20,06	18,76	17,22	318	54-9м
			гарнир							
			напиток	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	6,42	26,8	54-2гн
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	70,3	Пром
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	42,7	Пром
			сладкое	Сок для детского питания (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,6	Пром.
			итого		1015	29,78	33,97	101,8	785,2	
1	2	Итого за день:			1530	54,78	50,97	175,8	1345,2	