

Утверждаю директор  
МБОУ-Большеметескинская НОШ

  
М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 1-4 классов 2 февраля 2024 года

| № рец. | Наименование блюд                    | Выход      | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г  | Калорийность, ккал |
|--------|--------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------------|
|        | 2-ая неделя                          |            |              |              |              |                    |
|        | 5 день                               |            |              |              |              |                    |
| 15     | СЫР ПОРЦИЯМИ                         | 10         | 2,32         | 2,95         | -            | 36                 |
| 62     | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                     | 60         | 0,74         | 0,06         | 6,89         | 49,02              |
| 239    | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ              | 60/30      | 7,93         | 7,73         | 11,29        | 146,4              |
| 203    | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5      | 5,73         | 6,08         | 31,98        | 205,5              |
| 376    | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ                 | 200/3      | 0,07         | 0,02         | 8            | 60                 |
|        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30         | 2,28         | 0,24         | 14,76        | 70,2               |
|        | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                        | 20         | 1,6          | 0,3          | 8,02         | 41,2               |
|        | <b>Итого:</b>                        | <b>573</b> | <b>20,67</b> | <b>17,38</b> | <b>80,94</b> | <b>608,32</b>      |