

Утверждаю директор  
МБОУ-Большеметескинская СОШ

  
М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 5-11 классов 8 октября 2024 года

| № рец.      | Наименование блюд                    | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|-------------|--------------------------------------|-------|----------|---------|-------------|--------------------|
| 2-ая неделя |                                      |       |          |         |             |                    |
| 2 день      |                                      |       |          |         |             |                    |
| 45          | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТЫ         | 100   | 1,32     | 3,25    | 6,47        | 60,4               |
| 239         | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ              | 70/30 | 8,81     | 8,3     | 9,54        | 162,67             |
| 203         | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180/5 | 6,06     | 10,74   | 28,46       | 185,3              |
| 376         | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ                 | 200   | 0,321    | 0,005   | 21,725      | 88                 |
| 573         | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                           | 40    | 3,04     | 0,32    | 15,68       | 94,67              |
| 574         | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                       | 30    | 1,5      | 0,3     | 13,5        | 66                 |
|             | Итого:                               | 655   | 21,051   | 22,915  | 95,375      | 657,04             |