

Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская НОШ
М.М.Сунгатуллин



М Е Н Ю для 1-4 классов 8 ноября 2023 года

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	2-ая неделя					
	3 день					
338	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47
45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,79	1,95	3,88	36,24
291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150/50	14,01	13,95	36,45	298,67
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/8	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
	Итого:	618	19,15	16,86	80,91	553,31