

Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская НОШ

М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 1-4 классов 10 ноября 2023 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	200/8	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:	573	20,67	17,38	80,94	608,32