


Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская СОШ


М.М. Сунгатуллин

М Е Н Ю для 5-11 классов 11 января 2025 года

| № рец. | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийно сть, ккал |
|--------|----------------------|--------|----------|---------|----------------|------------------------|
| | I-ая неделя | | | | | |
| | 6 день | | | | | |
| 62 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | 1,03 | 0,09 | 8,4 | 77,7 |
| 289 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 200/50 | 16,1 | 20,9 | 34,25 | 338,33 |
| 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: | 620 | 21,991 | 21,615 | 93,555 | 664,7 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |