

Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская НОШ


М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 1-4 классов 11 марта 2026 года

| № реп. | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийно сть, ккал |
|-----------|-----------------------------------|-------|----------|---------|----------------|------------------------|
| | 1-ая неделя | | | | | |
| | 3 день | | | | | |
| 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 280 | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ | 55/50 | 8,5 | 11,21 | 10,61 | 130 |
| 171 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ | 150/5 | 5,284 | 5,95 | 17,2 | 200,3 |
| 176 | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ | 200 | 0,321 | 0,005 | 21,725 | 88 |
| 573 | ХЛЕБ БЕЛЫЙ | 30 | 2,28 | 0,24 | 11,76 | 71 |
| 574 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| | Итого: | 610 | 17,785 | 18,005 | 80,095 | 580,3 |
| | | | | | | |