



Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская СОШ

М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 5-11 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	180/5	6.34	7.14	20.64	240.36
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:	660	20,101	19,375	91,955	666,03