

Утверждаю директор  
МБОУ-Большеметескинская НОШ

М.М.Сунгатуллин



М Е Н Ю для 1-4 классов 12 января 2024 года

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	<b>1-ая неделя</b>					
	<b>5 день</b>					
15	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,32	2,95		36
45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,79	1,95	3,88	36,24
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
349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,2
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,6	0,3	8,02	41,2
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>21,31</b>	<b>19,34</b>	<b>101,94</b>	<b>668,34</b>