

Утверждаю директор  
МБОУ-Большеметескинская НОШ



М.М.Сунгатуллин

М.Е.Н.Ю для 1-4 классов 14 марта 2026 года

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	I-ая неделя					
	6 день					
47	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,96	0,8	3,96	52,8
289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	150/50	14,2	18,3	31,4	317,2
376	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:	510	18,761	19,545	77,845	573