

Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская СОШ



М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 5-11 классов 14 май 2026 года

№ рек.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть, ккал
	1-ая неделя					
	4 день					
42	САЛАТ КАРТТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	2,3	4,1	6,1	77,3
370	ГРЕЧКА С КУРИЦЕЙ ПО-КУПЕЧЕСКИЙ	180/50	14,42	17,1	45,34	380,6
484	КНСЕЛЬ	200	0	3	15	60
573	ХЛБ БЕЛЫЙ	40	3,04	0,32	15,68	94,67
574	ХЛБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,5	0,3	13,5	66
	Итого:	600	21,26	21,82	95,62	678,57