

Утверждаю директор  
МБОУ-Большеметескинской НОШ  
М.М.Сунгатуллин



М Е Н Ю для 1-4 классов 14 ноября 2023 года

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	<b>1-ая неделя</b>					
	<b>2 день</b>					
338	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47
52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,84	3,61	4,96	55,68
279	ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ С СОУСОМ	60/30	7,98	5,86	9,74	110,02
203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,73	6,08	31,98	205,5
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/8	0,07	0,02	8	60
	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>663</b>	<b>18,9</b>	<b>16,51</b>	<b>87,26</b>	<b>589,6</b>