



Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская НОШ
М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 1-4 классов 16 декабря 2023 года

| № рец. | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|-------------|----------------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------------|
| 1-ая неделя | | | | | | |
| 6 день | | | | | | |
| 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60 | 0,84 | 3,61 | 4,96 | 55,68 |
| 290 | ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | 50/50 | 11,94 | 10,12 | 3,51 | 153 |
| 171 | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ | 150/5 | 6,63 | 7,76 | 38,81 | 251,88 |
| 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 |
| | Итого: | 573 | 23,36 | 22,05 | 78,06 | 631,96 |
| | Средняя за первую неделю | 588,67 | 19,605 | 21,073 | 89,697 | 639,988 |