

Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская СОШ

М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 5-11 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 | 180/5 | 7,96 | 9,31 | 46,57 | 302,26 |
| 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 | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,04 | 82,4 |
| | Итого: | 573 | 26,29 | 23,9 | 93,84 | 723,54 |
| | Средняя за первую неделю: | 566,33 | 22,377 | 22,202 | 102,650 | 719,360 |