

Утверждаю директор  
МБОУ-Большеметескинская НОШ

  
М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 1-4 классов 18 май 2026 года

| № рецеп.    | Наименование блюда                  | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|-------------|-------------------------------------|-------|----------|---------|-------------|--------------------|
| 2-ая неделя |                                     |       |          |         |             |                    |
| 1 день      |                                     |       |          |         |             |                    |
| 338         | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                       | 100   | 0,4      | 0,4     | 9,8         | 47                 |
| 171         | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 150/5 | 8,3      | 4,95    | 29,3        | 162,5              |
| 295         | КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ С СОУСОМ            | 60/30 | 6,47     | 12,46   | 0,9         | 129,2              |
| 349         | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ               | 200   | 0,66     | 1,5     | 20,6        | 132,8              |
| 573         | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                          | 30    | 2,28     | 0,24    | 11,76       | 71                 |
| 574         | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                      | 20    | 1        | 0,2     | 9           | 44                 |
|             | Итого:                              | 595   | 19,11    | 19,75   | 81,36       | 586,5              |