

Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская СОШ

М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 5-11 классов 19 марта 2024 года

| № рец. | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|-------------|--------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------------|
| 1-ая неделя | | | | | | |
| 2 день | | | | | | |
| 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60 | 0,84 | 3,61 | 4,96 | 55,68 |
| 279 | ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ С СОУСОМ | 70/30 | 8,87 | 6,71 | 10,82 | 122,24 |
| 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180/5 | 6,88 | 7,3 | 38,38 | 246,6 |
| 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: | 563 | 22,14 | 18,48 | 92,96 | 637,12 |