

Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская СОШ

М.М.Сунгатуллин

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

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть, ккал
1-ая неделя						
4 день						
62	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,03	0,09	8,4	77,7
290	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	50/50	6,5	12,03	4,591	97,25
171	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	180/50	9,96	5,94	31,16	185
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/8	0,321	0,005	21,725	88
573	ХЛЕБ БЕЛЫЙ	40	3,04	0,32	15,68	94,67
574	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,5	0,3	13,5	66
	Итого:	655	22,351	18,685	95,056	608,62