



Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская СОШ

М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 5-11 классов 23 декабря 2023 года

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	2-ая неделя					
	6 день					
45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,79	1,95	3,88	36,24
290	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	50/50	11,94	10,12	3,51	153
304	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,08	6,44	44,02	251,64
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:	568	22,36	19,37	90,21	653,18
	Средняя за вторую неделю:	573,67	21,91	20,66	99,66	675,56
	Средняя за две недели:	570,00	22,14	21,93	101,16	697,46