



Утверждаю директор  
МБОУ-Большеметескинская СОШ  
М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 5-11 классов 25 декабря 2023 года

| № рец.      | Наименование блюд             | Выход  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|-------------|-------------------------------|--------|----------|---------|-------------|--------------------|
| 1-ая неделя |                               |        |          |         |             |                    |
| 1 день      |                               |        |          |         |             |                    |
| 45          | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60     | 0,79     | 1,95    | 3,88        | 36,24              |
| 291         | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                 | 200/50 | 15,53    | 17,44   | 45,56       | 373,34             |
| 349         | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ         | 200    | 0,66     | 0,09    | 32,01       | 132,8              |
|             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                | 30     | 2,28     | 0,24    | 14,76       | 70,2               |
|             | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                 | 40     | 3,2      | 0,6     | 16,04       | 82,4               |
|             | Итого:                        | 518    | 22,46    | 20,32   | 112,25      | 694,98             |