

Утверждаю директор  
МБОУ-Большеметескинская НОШ

  
М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 1-4 классов 29 ноября 2023 года

№ рек.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть, ккал
	1-ая неделя					
	3 день					
14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,08	7,25	0,13	66
62	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,74	0,06	6,89	49,02
234	БИГТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	60,30	8,34	7,03	11,96	144
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150,5	3,66	7,54	38,06	234,44
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	20	1,6	0,3	8,02	41,2
	Итого:	568	16,77	22,44	87,82	664,86