

Утверждаю директор  
МБОУ-Большеметескинская НОШ

  
М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 1-4 классов 6 октября 2025 года

| № рец. | Наименование блюд                      | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|--------|----------------------------------------|-------|----------|---------|-------------|--------------------|
|        | 2-ая неделя                            |       |          |         |             |                    |
|        | 1 день                                 |       |          |         |             |                    |
| 338    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                          | 100   | 0,4      | 0,4     | 9,8         | 47                 |
| 171    | КАША РАССЫПЧАТАЯ<br>ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 150/5 | 8,3      | 4,95    | 29,3        | 162,5              |
| 295    | КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ С<br>СОУСОМ            | 60/30 | 6,47     | 12,46   | 0,9         | 129,2              |
| 349    | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                  | 200   | 0,66     | 1,5     | 20,6        | 132,8              |
| 573    | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                             | 30    | 2,28     | 0,24    | 11,76       | 71                 |
| 574    | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                         | 20    | 1        | 0,2     | 9           | 44                 |
|        | Итого:                                 | 595   | 19,11    | 19,75   | 81,36       | 586,5              |