



тверждаю директор  
ОУ Большеметескинской СОШ  
М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 5-11 классов 8 декабря 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                 |
| 295    | КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ С СОУСОМ            | 70/30 | 6,9      | 14,54   | 1,05        | 150,73             |
| 171    | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ | 180/5 | 9,96     | 5,94    | 31,16       | 185                |
| 349    | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ               | 200   | 0,66     | 1,5     | 20,6        | 132,8              |
| 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   | 22,46    | 23      | 91,79       | 676,2              |
|        |                                     |       |          |         |             |                    |
|        |                                     |       |          |         |             |                    |