



Утверждаю директор  
МБОУ-Большеметескинская СОШ  
М.М.Сунгатуллин

М.Б.И.Ю для 5-11 классов 12 декабря 2025 года

| № рецеп. | Наименование блюд                        | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|------------------------------------------|-------|----------|---------|-------------|--------------------|
|          | 2-ая неделя                              |       |          |         |             |                    |
|          | 5 день                                   |       |          |         |             |                    |
| 62       | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                         | 100   | 1,03     | 0,09    | 8,4         | 77,7               |
| 243      | СОСИСКИ ГОВЯЖЬИ ХАЛЯЛЬ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ | 50/50 | 8,8      | 6       | 4,22        | 50,67              |
| 203      | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ     | 180/5 | 6,06     | 10,74   | 28,46       | 185,3              |
| 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   | 21,09    | 18,95   | 90,86       | 607,14             |