



Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская НОШ
М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 1-4 классов 12 декабря 2023 года

| № рец. | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|-------------|--------------------------------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------------|
| 1-ая неделя | | | | | | |
| 2 день | | | | | | |
| 338 | ФРУКТЫ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60 | 0,84 | 3,61 | 4,96 | 55,68 |
| 279 | ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ С СОУСОМ | 60/30 | 7,98 | 5,86 | 9,74 | 110,02 |
| 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5 | 5,73 | 6,08 | 31,98 | 205,5 |
| 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: | 663 | 18,9 | 16,51 | 87,26 | 589,6 |