

Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская СОШ



М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 5-11 классов 13 января 2026 года

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	1-ая неделя					
	2 день					
52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,4	2,77	7,6	91
113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С МЯСОМ	250/20	15,71	19,42	29,52	306,68
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200	0,321	0,005	21,725	88
573	ХЛЕБ БЕЛЫЙ	40	3,04	0,32	15,68	94,67
574	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30	1,5	0,3	13,5	66
	Итого:	640	21,971	22,815	88,025	646,35