



Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская НОШ

М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 1-4 классов 15 января 2026 года

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	I-ая неделя					
	4 день					
2	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0.72	3.06	3.3	43.8
370	ГРЕЧКА С КУРИЦЕЙ ПО-КУПЕЧЕСКИЙ	150/50	12.02	15.2	40.28	331.3
484	КИСЕЛЬ	200	0	0	15	60
573	ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2.28	0.24	11.76	71
574	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1*	0.2	9	44
	Итого:	510	16.02	18.7	79.34	550.1