

Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская НОШ



М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 1-4 классов 17 января 2026 года

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	1-ая неделя					
	6 день					
62	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,74	0,056	6,89	49,02
289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	150/50	14,2	18,3	31,4	317,2
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200	0,321	0,005	21,725	88
573	ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,28	0,24	11,76	71
574	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1	0,2	9	44
	Итого:	510	18,541	18,801	80,775	569,22