

Утверждаю директор
 МБОУ-Большеметескинская НОШ
 М.М.Сунгатуллин



М Е Н Ю для 1-4 классов 21 ноября 2023 года

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
2-ая неделя						
2 день						
15	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,32	2,95		36
67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,84	6,02	4,37	75,06
234	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	60/30	8,34	7,03	11,96	144
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:	563	21,18	22,64	79,09	631,96