

Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская НОШ



М.М. Сунгатуллин

М Е Н Ю для 1-4 классов 21 декабря 2024 года

| № рецеп. | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|-------------|----------------------|--------|----------|---------|-------------|--------------------|
| 1-ая неделя | | | | | | |
| 6 день | | | | | | |
| 2 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 60 | 0,36 | 0,83 | 3,3 | 43,8 |
| 289 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 150/50 | 15,2 | 18,3 | 31,4 | 337,2 |
| 376 | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ | 200/8 | 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 | 19,161 | 19,575 | 77,185 | 584 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |