



Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская СОШ
М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 5-11 классов 22 января 2024 года

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	I-ая неделя					
	I день					
45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,79	1,95	3,88	36,24
291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200/50	15,53	17,44	45,56	373,34
349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,2
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	40	3,2	0,6	16,04	82,4
	Итого:	518	22,46	20,32	112,25	694,98