



Утверждаю директор
МБОУ-Большеметескинская НОШ

М.М.Сунгатуллин

М Е Н Ю для 1-4 классов 28 января 2026 года

№ реп.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть, ккал
	1-ая неделя					
	3 день					
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
280	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	55/50	8.5	11.21	10.61	130
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150/5	5,284	5,95	17,2	200,3
176	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:	610	17,785	18,005	80,095	580,3