

Утверждаю:
 Директор МБОУ
 «Полевобикшикская СОШ» *И.А. Камалетдинов*

МЕНЮ на 13 октября 2022 г.

4 –й день по двенадцатидневному меню

школа МБОУ "Полевобикшикская СОШ"

завтрак									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
зтрак	закуска	97*	Масло сливочное порциями	15	8,63	75,00	0,05	8,25	0,08
	1 блюдо	302*	Каша вязкая гречневая с маслом	200/5	16,24	255,86	6,6	10,34	34,1
	напиток	297**	Чай с молоком	200	4,98	86,00	1,60	1,65	17,36
	хлеб пш		Хлеб пшеничный	50	2,50	119,00	3,80	0,40	24,30
ИТОГО:					32,35	607,86	12,05	20,64	75,84
ИТОГО									

школа МБОУ "Полевобикшикская СОШ"

обед для 1-4 классов									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ед	закуска		Помидоры свежие порциями	60	4,98	12	0,48	0,12	3,12
	1 блюдо	124*	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	200/5	10,40	79,00	1,46	4,75	6,22
	2 блюдо	492*	Плов из птицы	150	24,35	256	20,27	6,74	28,08
	гарнир	631*	Компот из св. плодов	200	6,96	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
	сладкое		Яблоки свежие	198	19,80	86,64	3,1	0,21	42,3
	ИТОГО					69,59	793,64	30,54	15,52

школа МБОУ "Полевобикшикская СОШ"

обед для 5-11 классов									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ед	закуска		Салат из моркови	100	4,72	20,04	0,8	0,2	5,21
	1 блюдо	250,	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	250/5	12,89	93,00	1,80	5,57	7,77
	2 блюдо	492*	Плов из мяса кур	180	27,32	340,48	26,96	8,96	37,35
	напито	631*	Компот из св. плодов	200	7,18	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
	хлеб черн.								
ИТОГО					55,21	20,04	36,29	18,53	122,12
ВСЕГО						93,00	48,34	39,17	197,96

Повар: *Яраханова Э.Р.*

*м/л
8.10.22*