

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

МЕНЮ на 28.10.2022 г.

5-й день по двенадцатидневному меню

кола	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
завтрак									
зием ищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
втрак	закуска	97*	Сыр порциями	20	11,00	72,00	4,60	5,80	0,00
	1 блюдо	302*	Каша вязкая пшениная с маслом	220	13,89	256,52	6,38	10,12	34,98
	напиток	692*	Кофейный напиток с молоком	200	8,59	152,00	2,50	3,60	28,70
	хлеб пш		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
			итого:		36,15	642,83	18,78	20,02	108,98
ИТОГО									

кола	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
обед для 1-4 классов									
зием ищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводь
ед	закуска	52*	Салат из свеклы отварной	60	3,05	103,00	0,76	9,04	4,59
	1 блюдо	140*	Суп картоф.с макарон. издел.	200	6,58	117,00	2,26	4,3	16,68
	2 блюдо	436*	Жаркое по-домашнему	150	23,73	156,25	13,35	7,35	16,20
	напиток	638*	Компот из чернослива	200	9,39	136,00	0,57	0	34,41
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,1	126,00	2,82	0,60	0,60
	фрукт		Мандарины свежие	110	27,52	60,0	1,35	0,3	12,15
			ИТОГО		73,37	698,25	21,11	21,59	84,63

кола	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
обед для 5-11 классов									
зием ищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводь
ед	закуска	88*	Салат из свеклы отвар	100	6,34	171,00	1,27	15,06	7,65
	1 блюдо	140*	Суп картоф.с мак.изд.	250	12,55	146	2,84	5,37	20,84
	гарнир	436*	Жаркое по-домашнему	180	28,51	156,25	13,35	7,35	16,20
	напиток	638*	Компот из чернослива	200	9,39	136	0,57	0	34,41
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126,00	2,82	0,60	0,60
			ИТОГО		59,89	889,00	25,35	31,13	97,33
			ВСЕГО			1531,83	44,13	51,15	206,31

Повар: *Яраханова Э.Р.*

28.10.22