

Директор МБОУ «Полевобикшкская СОШ» Т.А. Камалетдинов

## МЕНЮ на 16.11.2022г.

3-й день по двенадцатидневному меню

МБОУ "Полевобикшкская СОШ"									
завтрак									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
зтрак	закуска	2*	Бутерброд с повидлом	40	5.96	132,00	1,20	4,30	22,00
	1 блюдо	302*	Каша вязкая рисовая с маслом	220/5	14,98	231,44	3,3	8,8	34,76
	напиток	692*	Кофейный напиток с молоком	200	7,64	152	2,5	3,6	28,7
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
	<b>Итого:</b>					<b>31,18</b>	<b>634,44</b>	<b>10,80</b>	<b>17,10</b>

МБОУ "Полевобикшкская СОШ"									
обед 1-4 классов									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ед	закуска	45*	Салат из кваш.капусты с рас. маслом	60	2,74	52	0,96	3,04	5
	1 блюдо	132*	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	12,23	113	1,88	5,1	13,92
	2 блюдо	371*	Рыба припущенная с соусом	90(50/40)	20,73	139	13,81	5,76	2,73
	гарнир	520*	Пюре картофельное	150	8,34	155	3,22	5,56	22
	напиток	638*	Компот	200	5,02	128	0,36	0	33,16
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
	<b>ИТОГО</b>					<b>52,16</b>	<b>713,00</b>	<b>23,05</b>	<b>20,06</b>

МБОУ "Полевобикшкская СОШ"									
обед 5-11 классов									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ед	закуска	45*	Салат из кваш.капусты с рас. маслом	100	4,08	87	1,6	5,07	8,33
	1 блюдо	132*	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	12,46	135	2,31	5,99	17,36
	2 блюдо	371*	Рыба припущенная с соусом	100 (60/40)	21,40	169	16,64	7,09	3,59
	гарнир	520*	Пюре картофельное	180	9,14	197	3,87	6,68	26,41
	напиток	638*	Компот	200	5,02	128	0,36	0	33,16
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
	<b>ИТОГО</b>					<b>55,20</b>	<b>842,00</b>	<b>27,60</b>	<b>25,43</b>
<b>ВСЕГО</b>					<b>1476,44</b>	<b>38,40</b>	<b>42,53</b>	<b>199,21</b>	

Повар: Яраханова Э.Р.