

Директор МБОУ  
«Полевобикшикская СОШ»

Утверждаю:

И.А.Камалетдинов

**МЕНЮ на 01.12.2022 г.**

4 –й день по двенадцатидневному меню

кола	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
	<b>итого:</b>					<b>32,35</b>	<b>607,86</b>	<b>12,05</b>	<b>20,64</b>
<b>ИТОГО</b>									

кола	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	6,78	12	0,48	0,12	3,12
	1 блюдо	124*	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	200/5	12,27	79,00	1,46	4,75	6,22
	2 блюдо	492*	Плов из птицы	150	33,13	256	20,27	6,74	28,08
	гарнир	631*	Компот из св. плодов	200	5,02	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,1	126	2,82	0,6	0,6
	сладкое		Груша свежая	170	20,4	86,64	3,1	0,21	42,3
	<b>ИТОГО</b>					<b>80,70</b>	<b>793,64</b>	<b>30,54</b>	<b>15,52</b>

кола	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	34,78	340,48	26,96	8,96	37,35
	напито	631*	Компот из св. плодов	200	5,02	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн. хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
	<b>ИТОГО</b>					<b>60,51</b>	<b>20,04</b>	<b>36,29</b>	<b>18,53</b>
<b>ВСЕГО</b>						<b>93,00</b>	<b>48,34</b>	<b>39,17</b>	<b>197,96</b>

Повар: *Яраханова Э.Р.*