

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

МЕНЮ на 08.10.2022 г.

12 –й день по двенадцатидневному меню

школа	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
-------	-----------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

завтрак

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	закуска	337*	Яйцо вареное	-	-	-	-	-	-
	1 блюдо	302*	Каша вязкая овсяная с/м	220/5	14,31	253,44	6,6	12,32	29,04
	напиток	693*	Какао с молоком	200	9,96	149,00	3,04	3,39	27,91
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
	ИТОГО					26,85	584,44	18,54	20,71

школа	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
-------	-----------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

обед 1-4 классов

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
обед	закуска		Огурцы соленые порциями	60	-	8,00	0,48	0,06	0,96
	1 блюдо	134*	Суп крестьянский с крупой	200	9,83	106,00	1,51	3,32	9,24
	2 блюдо	474*	Кнели из мяса говядины(кур)	90(50+40)	22,61	143,00	18,03	6,64	2,61
	гарнир	511*	Рис отварной	150	11,79	228,00	3,81	6,11	38,61
	напиток	638*	Компот из св.яблок	200	6,35	128	0,36	0	33,16
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,10	126,00	2,82	0,60	0,60
	ИТОГО					53,68	739,00	27,01	16,73

школа	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"	Отд./корп	5-11 кл	День					
-------	-----------------------------	-----------	---------	------	--	--	--	--	--

обед 5-11 классов

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
обед	закуска		Огурцы соленые порциями	100	-	13,36	0,8	0,1	1,6	
	1 блюдо	134*	Суп крестьянский с крупой	250	9,91	121	1,87	4,97	11,52	
	2 блюдо	474*	Кнели из мяса говядины(кур)	100(60+40)	23,94	185	20,13	9,32	4,97	
	гарнир	511*	Рис отварной	200	12,22	275	4,58	7,33	46,33	
	напиток	705*	Напиток из плодов шиповник	60	6,35	133	0,68	0,28	20	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной		3,10	126	2,82	0,6	0,6	
	ИТОГО					55,52	853,36	30,88	22,60	85,02
	ВСЕГО						1437,80	49,42	43,31	166,57

Повар: *Яраханова Э.Р.*

ММ 82,37