

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

МЕНЮ на 11.11.2022г.

11 –й день по двенадцатидневному меню

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

завтрак									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	1 блюдо	311*	Каша вяз греч с маслом	200	13,93	255,86	2,50	3,60	28,70
	напиток	685*	Чай сладкий с лимон	200	3,27	152,00	3,80	0,40	24,30
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	15	2,58	119,00	5,75	9,75	0,00
	сладкое		Сок фруктовый	200	20,00	120,00	1,40	0,20	26,40
ИТОГО					39,78	616,86	18,65	24,09	87,10

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

обед для 1-4 классов									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
бед	закуска		Огурцы свежие порциями	60	5,16	12,00	0,48	0,12	3,12
	1 блюдо	132*	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	12,75	113	1,88	5,1	13,92
	2 блюдо	471*	Фрикадельки из мяса, тушенные в соусе	90(50/40)	21,21	140	8,83	8,63	7,54
	гарнир	302*	Каша пшеничная вязкая	150	9,26	172,95	4,5	6,15	24,9
	напиток	631*	Компот из св. плодов	200	5,02	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,10	126,00	2,82	0,60	0,60
			Сок фруктовый	200	20,00	120,00	1,40	0,20	26,40
ИТОГО					76,50	718,95	19,17	20,86	88,05

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

обед для 5-11 классов									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ед	закуска	88*	Салат из свеклы отварной	100	2,82	171	1,27	15,06	7,65
	1 блюдо	132*	Рассольник ленин со смет	250/5	12,82	135	2,31	5,99	17,36
	2 блюдо	471*	Фрикадельки из мяса, тушенные в соусе	100(50/40)	21,60	140	8,83	8,63	7,54
	гарнир	302*	Каша вязкая пшеничная с маслом	180	9,39	207,54	5,4	7,38	29,88
	напиток	685*	Компот из св. плодов	200	5,02	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
	ИТОГО					54,75	907,58	48,75	50,29
ВСЕГО						1524,44	48,75	50,29	204,26

Повар: Яраханова Э.Р.

млн 94.53.