

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

МЕНЮ на 24.10.2022г.

1 –й день по двенадцатидневному меню

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
завтрак									
прием	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
втрак	закуска	97*	Масло сл.порциями	10	6,50	75,00	0,05	8,25	0,08
	1 блюдо	302*	Каша пш. с маслом	220/5	13,07	253,66	6,60	9,02	36,52
	напиток	686*	Чай с лимоном	200	3,15	59,00	0,26	0,06	15,22
	хлеб пшен..		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
ИТОГО					25,30	654,66	17,36	19,53	82,07

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
обед 1-4 классов									
нем	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
бед	закуска		Огурцы св.порциями	60	4,20	63	0,47	6,04	1,81
	1 блюдо	139*	Суп картоф. с горохом	200	10,97	118	4,71	3,73	15,96
	2 блюдо	493*	Птица тушенная в см.соу	50/50	14,89	220	14,28	19,35	7,27
	гарнир	516*	Макар.изд отварные	150	5,95	211	5,32	4,89	35,52
	напиток	79**	Чай с фруктовым соком	200	5,92	95	0,34	0,02	24,53
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
			Сок фруктовый	200(1)	20,00	120	1,4	0,2	26,4
	ИТОГО					65,03	953,00	29,34	34,83

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
обед для 5-11 классов									
нем	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
бед	закуска	43	Салат из моркови	100	-	20,04	0,8	0,2	5,21
	1 блюдо	110*	Суп картофел. с горохом	250/5	12,16	147	5,89	4,65	19,98
	2 блюдо	498*	Птица туш в см.соусе	100(60/40)	19,51	199	13,88	17,78	4,5
	гарнир	511*	Макаронные изд.отварн	180	6,22	253	6,38	5,87	42,62
	напиток	79**	Чай с фруктовым соком	200	5,10	95	0,34	0,02	24,53
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,12	126	2,82	0,6	0,6
			Булочка творожная	75	19,00	148,00	6,65	1,80	5,95
	ИТОГО					67,11	840,04	30,11	29,12
ВСЕГО						1494,47	47,47	48,65	179,51

Повар: Яраханова Э.Р.

мрч
92,41