



Директор МБОУ «Полевобикшикская СОШ» **И.А.Камалетдинов**

МЕНЮ на 07.12.2022г.

9-й день по двенадцатидневному меню

кола	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
завтрак									
нем ши	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
зтрак	закуска	97*	Масло сл. порциями	10	6,33	75,00	0,05	8,25	0,08
	1 блюдо	302*	Каша вязкая рисовая с маслом	220/5	12,38	231,44	3,3	8,8	34,76
	напиток	685*	Чай с сахаром	200	2,78	57,00	0,20	0,05	15,01
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
	ИТОГО				24,07	563,44	11,86	17,08	578,44

кола	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
обед для 1-4 классов									
рнем иши	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
бед	закуска	45*	Салат из кваш.капусты с рас. маслом	60	2,91	52,00	0,96	3,04	5,00
	1 блюдо	124*	Щи из св капусты с картофелем со смет	200/5	5,44	79,00	1,46	4,75	6,22
	2 блюдо	388*	Биточки рыбные с соусом	90 (50/40)	25,39	155,00	9,04	8,22	10,71
	гарнир	520*	Пюре картофельное	150	8,9	155,00	3,22	5,56	22,00
	напиток	638*	Компот	200	12,76	136,00	0,57	0,00	34,41
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,1	126,00	2,82	0,60	0,60
				30	2,91	96,00	0,36	0,04	33,16
	ИТОГО				58,50	828,00	20,32	25,11	101,26

кола	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
обед для 5-11 классов									
нем ши	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
бед	закуска	45*	Салат из кваш.капусты с рас. маслом	100	1,06	87	1,6	5,07	8,33
	1 блюдо	124*	Щи из св капусты с картофелем со смет	250/5	6,87	93	1,8	5,57	7,77
	2 блюдо	388*	Биточки рыбные с соусом	100 (60/40)	25,39	201	10,96	11,54	13,12
	гарнир	520*	Пюре картофельное	180	10,88	197	3,87	6,68	26,41
	напиток	638*	Компот	200	12,76	136,00	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
	ИТОГО				60,06	840,00	21,62	29,46	90,64

Повар: *Яраханова Э.Р.*