

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

МЕНЮ на 15.12.2022 г.

4 –й день по двенадцатидневному меню

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
завтрак									
прием иши	Раздел	№ реп.	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
	Итого:					32,35	607,86	12,05	20,64
ИТОГО									

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
обед для 1-4 классов									
прием иши	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ед	закуска		Помидоры св.порц.	60	7,44	12	0,48	0,12	3,12
	1 блюдо	124*	Щи из св капусты с картофелем со сметы	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
	фрукт		Груша свежая	170	16,16	86,64	3,1	0,21	42,3
Итого					77,12	668,64	28,29	12,58	108,19

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
обед для 5-11 классов									
прием иши	Раздел	№ реп.	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
	Итого					60,51	20,04	36,29	18,53
ВСЕГО						93,00	48,34	39,17	197,96

Повар: *с.ф.* Яраханова Э.Р.