

Утверждаю:
 Директор МБОУ
 «Полевобикшикская СОШ»

И.А. Камалетдинов

МЕНЮ на 16.12.2022 г.

5-й день по двенадцатидневному меню

кола МБОУ "Полевобикшикская СОШ"

завтрак									
Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
1 блюдо	302*	Каша вязкая пшениная с маслом	220	13,89	256,52	6,38	10,12	34,98	
напиток	692*	Кофейный напиток с молоком	200	8,59	152,00	2,50	3,60	28,70	
хлеб пш		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30	
ИТОГО				25,15	642,83	18,78	20,02	108,98	

кола МБОУ "Полевобикшикская СОШ"

обед для 1-4 классов									
Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводь	
закуска	52*	Салат из свеклы отварной	60	Цена	103,00	0,76	9,04	4,59	
1 блюдо	140*	Суп картоф.с макарон. издел.	200	2,13	117,00	103,00	0,76	9,04	
2 блюдо	436*	Жаркое по-домашнему	150	5,44	156,25	117,00	2,26	4,3	
напиток	638*	Компот из чернослива	200	28,14	136,00	156,25	13,35	7,35	
хлеб чер		Хлеб ржаной	60	12,76	126,00	136,00	0,57	0	
фрукт		Апельсины свежие	110	3,1	60,0	126,00	2,82	0,60	
ИТОГО				69,97	698,25	21,11	21,59	84,63	

кола МБОУ "Полевобикшикская СОШ"

обед для 5-11 классов									
Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
закуска	88*	Салат из свеклы отвар	100	3,34	171,00	1,27	15,06	7,65	
1 блюдо	140*	Суп картоф.с мак.изд.	250	12,55	146	2,84	5,37	20,84	
гарнир	436*	Жаркое по-домашнему	180	28,51	156,25	13,35	7,35	16,20	
напито	638*	Компот из чернослива	200	12,76	136	0,57	0	34,41	
хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126,00	2,82	0,60	0,60	
ИТОГО				60,26	889,00	25,35	31,13	97,33	
ВСЕГО					1531,83	44,13	51,15	206,31	

Повар: Яраханова Э.Р.