

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

МЕНЮ на 24.12.2022г.

12 –й день по двенадцатидневному меню

кола		МБОУ "Полевобикшикская СОШ"							
		завтрак							
нем	Раздел	№	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
щи	1 блюдо	302*	Каша вязкая овсяная с/м	220/5	14,31	253,44	6,6	12,32	29,04
	напиток	693*	Какао с молоком	200	9,96	149,00	3,04	3,39	27,91
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
	ИТОГО				26,85	584,44	18,54	20,71	81,55

кола		МБОУ "Полевобикшикская СОШ"							
		обед 1-4 классов							
рнем	Раздел	№	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
бед	закуска		Огурцы соленые порциями	60	5,28	8,00	0,48	0,06	0,96
	1 блюдо	134*	Суп крестьянский с крупой	200/5	11,05	106,00	1,51	3,32	9,24
	2 блюдо	474*	Кнели из мяса говядины(кур)	90(50+40)	21,32	143,00	18,03	6,64	2,61
	гарнир	511*	Рис отварной	150	7,03	228,00	3,81	6,11	38,61
	напиток	638*	Компот из св.яблок	200	5,02	128	0,36	0	33,16
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,10	126,00	2,82	0,60	0,60
	сладкое		Печенье	30	5,01	125,00	2,25	2,94	22,32
	ИТОГО				57,81	864,00	29,26	19,67	107,50

кола		МБОУ "Полевобикшикская СОШ"			Отд./корп	5-11 кл	День		
		обед 5-11 классов							
нем	Раздел	№	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ед	закуска		Огурцы соленые порциями	100	-	13,36	0,8	0,1	1,6
	1 блюдо	134*	Суп крестьянский с крупой	250	9,91	121	1,87	4,97	11,52
	2 блюдо	474*	Кнели из мяса говядины(кур)	100(60+40)	23,94	185	20,13	9,32	4,97
	гарнир	511*	Рис отварной	200	12,22	275	4,58	7,33	46,33
	напиток	705*	Напиток из плодов шиповник	60	6,35	133	0,68	0,28	20
	хлеб черн.		Хлеб ржаной		3,10	126	2,82	0,6	0,6
	ИТОГО				55,52	853,36	30,88	22,60	85,02
	ВСЕГО					1437,80	49,42	43,31	166,57

Повар:  Яраханова Э.Р.

4/11
82,37