

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

МЕНЮ на 27.12.2022г.

2 –й день по двенадцатидневному меню

доля нем нши	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	1 блюдо	302*	Каша вязкая овсяная с маслом	220/5	12.62	253,44	6.60	12.32	29,04
	напиток	685*	Чай с сахаром	200	2.08	57,00	0.20	0.05	15,01
	хлеб че		Хлеб пшеничный	50	2.58	119,00	3.80	0.40	24,30
			Сок фруктовый	200	20,00	120,00	1,40	0,20	26,40
	ИТОГО				37,28	621,44	16,60	18,77	94,75

доля нем нши	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
с.д	закуска	43*	Салат из белокочанной капусты	60	4,2	53	0,93	3,05	5,65
	1 блюдо	110*	Борщ с капустой картоф. со смет	200/5	10,66	89	1,47	4,67	7,31
	2 блюдо	462*	Тефтели рубл с соусом	90(50/40)	23,22	197	8,56	14,11	9,07
	гарнир	508*	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,93	271	8,76	6,62	43,08
	напиток	639*	Компот из смеси сухофруктов	200	5,02	116	0,44	0	28,88
	хлеб чер	79**	Хлеб ржаной	60	3,1	126	2,82	0,6	0,6
	сладкое		Шоколад молочный	85	65	148	6,65	1,8	5,95
	фрукты		Мандарины свежие	90	13,5	60	1,35	0,3	12,15
	ИТОГО				135,63	1060,00	30,98	31,15	112,69

доля нем нши	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
	Раздел	№ р	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
с.д	закуска	43*	Салат из белокочанной капусты	100	4,55	88	1,55	5,08	9,42
	1 блюдо	110*	Борщ с капустой картофелем со сметаной	250/5	11,10	107	1,8	5,48	9,12
	2 блюдо	462*	Тефтели рубл с соусом	100(50/50)	22,30	197	8,56	14,11	9,07
	гарнир	508*	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,95	325	10,51	7,94	51,7
	напиток	639*	Компот из смеси сухофруктов	200	5,02	116	0,44	0	28,88
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
	сладкое		Шоколад молочный	85	65	148	6,65	1,8	5,95
	фрукты		Мандарины свежие	90	13,5	60	1,35	0,3	12,15
	ИТОГО				136,52	1208,00	35,27	37,74	129,84
	ВСЕГО				136,52	1621,44	43,87	54,41	206,49

Повар:  Яраханова Э.Р.