

Утверждено  
Директор МБОУ «Полевобикшикская СОШ»  
А. Камалетдинов


## МЕНЮ на 06.03.2023 г.

7-й день по двенадцатидневному меню

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
завтрак									
Элементы	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак			Каша вязк пшен.с/м	220/5	11,53	253,66	6,60	9,02	36,52
	1 блюдо	302*	Чай с молоком	200	5,40	86,00	1,60	1,65	17,36
	напиток	297**	Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
	хлеб пш								
				Итого:		20,51	530,66	16,60	16,87

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"										
обед для 1-4 классов										
Элементы	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод	
обед			Свежие огурцы порция	60	11,04	63	0,47	6,04	1,81	
	закуска	16*	Суп картофель с горохом	200	10,12	118	4,71	3,73	15,96	
	1 блюдо	139*	Птица тушен. в .соусе	90(50/40)	12,90	220	14,28	19,35	7,27	
	2 блюдо	493*	Макаронные изд.отвар	150	5,89	211	5,32	4,89	35,52	
	гарнир	516*	Чай с фруктовым соком	200	4,30	95	0,34	0,02	24,53	
	напиток	79**	Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6	
	хлеб черн.		Апельсины свежие	176	20,77	60	1,35	0,3	12,15	
	фрукты									
				Итого		68,12	893,00	29,29	34,93	97,84

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"										
обед для 5-11 классов										
Элементы	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углево.	
обед			Салат из моркови	100	4,92	105	0,79	10,07	3,02	
	закуска	16*	Суп картофель с горохом	250	11,89	147	5,89	4,65	19,98	
	1 блюдо	139*	Птица тушеная в смет.соусе	100 (60/40)	17,83	199	13,88	17,78	4,5	
	2 блюдо	493*	Макаронные изд отвар	180	7,41	253	6,38	5,87	42,6	
	напито	516*	Чай с фруктовым соком	200	4,30	95	0,34	0,02	24,5	
	хлеб черн.	79**	Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6	
				Итого		49,45	925,00	30,10	38,99	95,2
				ВСЕГО			1455,66	46,70	55,86	173,4

Повар:  Яраханова Э.Р.