

Утверждаю:  
 Директор МБОУ  
 «Полевобикшкская СОШ» П.А. Камалетдинов


## МЕНЮ на 15.03.2023г.

3 –й день по двенадцатидневному меню

МБОУ "Полевобикшкская СОШ"									
завтрак									
прием иши	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
зтрак	закуска	2*	Бутерброд с повидлом	40	5,96	132,00	1,20	4,30	22,00
	1 блюдо	302*	Каша вязкая рисовая с маслом	220/5	14,98	231,44	3,3	8,8	34,76
	напиток	692*	Кофейный напиток с молоком	200	7,64	152	2,5	3,6	28,7
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
	<b>итого:</b>					<b>31,18</b>	<b>634,44</b>	<b>10,80</b>	<b>17,10</b>

МБОУ "Полевобикшкская СОШ"										
обед 1-4 классов										
нем иши	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод	
ед	закуска	45*	Салат из кваш.капусты с рас. маслом	60	11,04	63	0,47	6,04	1,81	
	1 блюдо	132*	Рассольник ленинградский со смет	200	10,12	118	4,71	3,73	15,96	
	2 блюдо	371*	Рыба припущенная с соусом	90(50/40)	12,9	220	14,28	19,35	7,27	
	гарнир	520*	Пюре картофельное	150	5,89	211	5,32	4,89	35,52	
	напиток	638*	Компот	200	4,3	95	0,34	0,02	24,53	
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,1	126	2,82	0,6	0,6	
	фрукты		Апельсины свежие	176	20,77	60	1,35	0,3	12,15	
	<b>ИТОГО</b>					<b>68,12</b>	<b>893,00</b>	<b>29,29</b>	<b>34,93</b>	<b>97,84</b>

МБОУ "Полевобикшкская СОШ"									
обед 5-11 классов									
нем иши	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ед	закуска	45*	Соленые огурцы	100	5,32	87	1,6	5,07	8,33
	1 блюдо	132*	Рассольник ленинградский со смет	250/5	12,46	135	2,31	5,99	17,36
	2 блюдо	371*	Рыба припущ с соусом	100 (60/40)	22,12	169	16,64	7,09	3,59
	гарнир	520*	Пюре картофельное	180	9,14	197	3,87	6,68	26,41
	напиток	638*	Компот из св яблок	200	5,02	128	0,36	0	33,16
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
	<b>ИТОГО</b>					<b>55,92</b>	<b>842,00</b>	<b>27,60</b>	<b>25,43</b>
<b>ВСЕГО</b>						<b>1476,44</b>	<b>38,40</b>	<b>42,53</b>	<b>199,21</b>

Повар:  Яраханова Э.Р.