

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

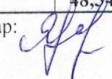
МЕНЮ на 16.03.2023 г.

4 –й день по двенадцатидневному меню

сола	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
завтрак									
примени	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
зтрак	закуска	97*	Масло сливочное порциями	15	8,63	75,00	0,05	8,25	0,08
	1 блюдо	302*	Каша вязкая гречневая с маслом	200/5	16,24	255,86	6,6	10,34	34,1
	напиток	297**	Чай с молоком	200	4,98	86,00	1,60	1,65	17,36
	хлеб пш		Хлеб пшеничный	50	2,50	119,00	3,80	0,40	24,30
	итого:					32,35	607,86	12,05	20,64
ИТОГО									

сола	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
обед для 1-4 классов									
примени	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ед	закуска		Помидоры св.порц.	60	11,04	12	0,48	0,12	3,12
	1 блюдо	124*	Щи из св капусты с картофелем со смет	200/5	6,16	79,00	1,46	4,75	6,22
	2 блюдо	492*	Плов из птицы	150	34,37	256	20,27	6,74	28,08
	гарнир	631*	Компот из св. плодов	200	5,02	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,1	126	2,82	0,6	0,6
	сладкое		Вафли	42	9,45	125	2,25	2,94	22,32
	ИТОГО					69,14	707,00	27,44	15,31

сола	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
обед для 5-11 классов									
примени	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ед	закуска		Салат из моркови	100	4,72	20,04	0,8	0,2	5,21
	1 блюдо	250,	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	250/5	12,89	93,00	1,80	5,57	7,77
	2 блюдо	492*	Плов из мяса кур	180	29,78	340,48	26,96	8,96	37,35
	напито	631*	Компот из св. плодов	200	5,02	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
ИТОГО					52,41	20,04	36,29	18,53	122,12
ВСЕГО						93,00	48,34	39,17	197,96

Повар:  Яраханова Э.Р.