


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

МЕНЮ на 18.03.2023г.

6 -й день по двенадцатидневному меню

кола		МБОУ "Полевобикшикская СОШ"							
завтрак									
прием ищи втрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод
	закуска	97*	Масло слив.порция	10	6,32	75,00	0,05	8,25	0,08
	1 блюдо	302*	Каша вязкая манн см	220	12,64	236,06	5,28	9,02	33,44
	напиток	693*	Какао с молоком	200	10,06	149	3,04	3,39	27,91
	хлеб пш		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
			итога:			31,60	579,06	21,06	85,73
ИТОГО									
кола		МБОУ "Полевобикшикская СОШ"							
обед для 1-4 классов									
прием ищи обед	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска	71*	Винегрет овощной	60	3,56	76	0,82	6,07	4,52
	1 блюдо	134*	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	8,69	106	1,51	3,32	9,24
	2 блюдо	451*	Биточки рубле с соусом	90 (50/40)	20,67	165	9,08	15,2	9,2
	гарнир	534*	Капуста тушеная	150	8,42	115	3,6	4,52	15,3
	напиток	638*	Компот из кураги	200	10,2	123	1,04	0	30,9
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3	126	2,82	0,6	0,6
	напиток		Сок фруктовый	200(1)	20	120	1,40	0,20	26,4
ИТОГО					74,54	831,00	20,27	29,91	96,2
кола		МБОУ "Полевобикшикская СОШ"		Отд./корп				День	
обед для 5-11 классов									
прием ищи обед	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска	71*	Винегрет овощной	100	4,95	127	1,37	10,11	7,54
	1 блюдо	134*	Суп крестья с крупой	250	8,61	121	1,87	4,97	11,52
	2 блюдо	451*	Биточки рубл с соусом	100(60/40)	26,54	201	10,96	11,54	13,12
		214*	Капуста тушеная	180	5,12	115,2	3,84	6,24	108
	напито	638*	Компот из кураги	200	6,86	123	1,04	0	30,96
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
ИТОГО					55,18	933,20	23,30	23,30	198,14
ВСЕГО						1512,26	35,47	42,96	283,87

Повар:  Яраханова Э.Р.