

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

МЕНЮ на 05.04.2023г.

9-й день по двенадцатидневному меню

| | | | | | | | | | |
|------|----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| кола | МБОУ "Полевообихицкая СОШ" | | | | | | | | |
|------|----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|

завтрак

| и ем щи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------|--------------|-----------|------------------------------|----------|-------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| з трак | закуска | 97* | Масло сл. порциями | 10 | 6,33 | 75,00 | 0,05 | 8,25 | 0,08 |
| | 1 блюдо | 302* | Каша вязкая рисовая с маслом | 220/5 | 12,38 | 231,44 | 3,3 | 8,8 | 34,76 |
| | напиток | 685* | Чай с сахаром | 200 | 2,78 | 57,00 | 0,20 | 0,05 | 15,01 |
| | хлеб черн. | | Хлеб пшеничный | 50 | 2,58 | 119,00 | 3,80 | 0,40 | 24,30 |
| | ИТОГО | | | | | 24,07 | 563,44 | 11,86 | 17,08 |

| | | | | | | | | | |
|------|----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| кола | МБОУ "Полевообихицкая СОШ" | | | | | | | | |
|------|----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|

обед для 1-4 классов

| и ем щи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийн | Белки | Жиры | Углеводы | |
|---------------|--------------|-----------|---------------------------------------|---------------|-------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| о бед | закуска | 45* | Салат из кваш.капусты с рас. маслом | 60 | 3,98 | 52,00 | 0,96 | 3,04 | 5,00 | |
| | 1 блюдо | 124* | Щи из св.капусты с картофелем со смет | 200/5 | 9,44 | 79,00 | 1,46 | 4,75 | 6,22 | |
| | 2 блюдо | 388* | Биточки рыбные с соусом | 90 (50/40) | 21,89 | 155,00 | 9,04 | 8,22 | 10,71 | |
| | гарнир | 520* | Пюре картофельное | 150 | 8,9 | 155,00 | 3,22 | 5,56 | 22,00 | |
| | напиток | 638* | Компот | 200 | 5,02 | 136,00 | 0,57 | 0,00 | 34,41 | |
| | хлеб чер | | Хлеб ржаной | 60 | 3,1 | 126,00 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | |
| | ИТОГО | | | | | 52,33 | 703,00 | 18,07 | 22,17 | 78,94 |

| | | | | | | | | | |
|------|----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| кола | МБОУ "Полевообихицкая СОШ" | | | | | | | | |
|------|----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|

обед для 5-11 классов

| и ем щи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------|--------------|-----------|---------------------------------------|----------------|-------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| о бед | закуска | 45* | Салат из кваш.капусты с рас. маслом | 100 | 1,06 | 87 | 1,6 | 5,07 | 8,33 |
| | 1 блюдо | 124* | Щи из св.капусты с картофелем со смет | 250/5 | 6,87 | 93 | 1,8 | 5,57 | 7,77 |
| | 2 блюдо | 388* | Биточки рыбные с соусом | 100 (50/50) | 21,26 | 201 | 10,96 | 11,54 | 13,12 |
| | гарнир | 520* | Пюре картофельное | 180 | 10,88 | 197 | 3,87 | 6,68 | 26,41 |
| | напиток | 638* | Компот | 200 | 12,76 | 136,00 | 0,57 | 0,00 | 34,41 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 60 | 3,10 | 126 | 2,82 | 0,6 | 0,6 |
| | ИТОГО | | | | | 55,93 | 840,00 | 21,62 | 29,46 |

Повар: *Яраханова Э.Р.*