

МЕНЮ на 06.04.2023г.

Утверждаю:

 И.А.Камалетдинов
 Директор МБОУ
 "Полевобикшикская СОШ"

10 –й день по двенадцатидневному меню

кола	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
завтрак									
нем щи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	1 блюдо	311*	Каша вяз пш с маслом	220/5	13,81	256,52	6,38	10,12	34,98
	напиток	79**	Чай с фрукт.соком	200	5,43	95	0,34	0,02	24,53
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
	сладкое								
	ИТОГО				21,84	524,52	13,97	14,89	83,81

кола	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
обед для 1-4 классов									
рием нши	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
бед	закуска	43*	Салат из белокоч.капусты	60	2,39	53,00	0,93	3,05	5,65
	1 блюдо	133*	Суп картофельный рыбный	200/12,5	15,55	107,00	4,57	2,80	15,30
	2 блюдо	452*	Котлеты Особые	90(50/40)	17,12	199,00	13,88	17,78	4,50
	гарнир	508*	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,19	271,00	8,76	6,62	43,08
	напиток	638*	Компот из изюма	200	8,16	128,00	0,36	0,00	33,16
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,1	126,00	2,82	0,60	0,60
	фрукты		Мандарины свежие	100	18,02	86,64	3,10	0,21	42,30
	ИТОГО				72,53	970,64	34,42	31,06	144,59

кола	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
обед для 5-11 классов									
нем щи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ед	закуска	43*	Салат из моркови	100	3,92	88	1,55	5,08	9,42
	1 блюдо	133*	Суп картофельный рыбный	250/12,5	16,46	134	5,16	3,39	20,07
	2 блюдо	452*	Котлеты Особые	100(50/50)	23,93	199,00	13,88	17,78	4,50
	гарнир	508*	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,22	325	10,51	7,94	51,7
	напиток	638*	Компот из изюма	200	8,16				
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
	ИТОГО				64,79	1000,00	34,28	34,79	119,45

Повар: _____
 Яраханова Э.Р.