



МЕНЮ на 11.04.2023г.

2 –й день по двенадцатидневному меню

кола нем ищи	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
	Раздел	№ рец.	Блюдо						
	1 блюдо	302*	Каша вязкая овсяная с маслом	220/5	12,62	253,44	6,60	12,32	29,04
	напиток	685*	Чай с сахаром	200	2,08	57,00	0,20	0,05	15,01
	хлеб че		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
			Сок фруктовый	200	20,00	120,00	1,40	0,20	26,40
	ИТОГО				37,28	621,44	16,60	18,77	94,75

кола нем ищи	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
	Раздел	№ рец.	Блюдо						
	закуска	43*	Салат из белокочанной капусты	60	2,82	53	0,93	3,05	5,65
	1 блюдо	110*	Борщ с капустой картоф. со смет	200/5	9,86	89	1,47	4,67	7,31
	2 блюдо	462*	Тефтели рубл с соусом	90(50/40)	21,82	197	8,56	14,11	9,07
	гарнир	508*	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,93	271	8,76	6,62	43,08
	напиток	639*	Компот из смеси сухофруктов	200	5,02	116	0,44	0	28,88
	хлеб чер	79**	Хлеб ржаной	60	3,1	126	2,82	0,6	0,6
	фрукты		Яблоко	156	14,04	126	2,82	0,6	0,6
	ИТОГО				67,59	978,00	25,80	29,65	95,19

кола нем ищи	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
	Раздел	№ р	Блюдо						
	закуска	43*	Салат из белокочанной капусты	100	5,37	88	1,55	5,08	9,42
	1 блюдо	110*	Борщ с капустой картофелем со сметаной	250/5	12,16	107	1,8	5,48	9,12
	2 блюдо	462*	Мясо рубленное с соусом	100(50/50)	19,30	197	8,56	14,11	9,07
	гарнир	508*	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,95	325	10,51	7,94	51,7
	напиток	639*	Компот из смеси сухофруктов	200	5,02	116	0,44	0	28,88
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
	ИТОГО				56,90	1208,00	35,27	37,74	129,84
	ВСЕГО					1621,44	43,87	54,41	206,49

Повар: *Е.П.* Яраханова Э.Р.