

Директор МБОУ «Полевобикшикская СОШ» И.А. Камалетдинов

МЕНЮ на 19.04.2023г.

9-й день по двенадцатидневному меню

школа	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"			
-------	-----------------------------	--	--	--

завтрак

номер	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
з	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	2,67	119,00	3,80	0,40	24,30
	ИТОГО					24,16	563,44	11,86	17,08

школа	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"			
-------	-----------------------------	--	--	--

обед для 1-4 классов

номер	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
об	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	3,2	126,00	2,82	0,60	0,60
	фрукты		Яблоко свежее	146	13,14	60	1,35	0,3	12,15
	ИТОГО					65,57	763,00	19,42	22,47

школа	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"			
-------	-----------------------------	--	--	--

обед для 5-11 классов

номер	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
об	закуска	45*	Салат из кваш.капусты с рас. маслом	100	3,23	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	3,20	126	2,82	0,6	0,6
	ИТОГО					58,20	840,00	21,62	29,46

Повар: Яраханова Э.Р.