



Утверждаю:
Директор МБОУ
«Полевобикшикская СОШ»

И.А.Камалетдинов

МЕНЮ на 24.04.2023г.

1 –й день по двенадцатидневному меню

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
завтрак									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
звтрак	закуска	97*	Масло сл.порциями	10	6,50	75,00	0,05	8,25	0,08
	1 блюдо	302*	Каша пш. с маслом	220/5	13,07	253,66	6,60	9,02	36,52
	напиток	686*	Чай с лимоном	200	3,15	59,00	0,26	0,06	15,22
	хлеб пшен..		Хлеб пшеничный	50	2,67	119,00	3,80	0,40	24,30
	ИТОГО					25,39	654,66	17,36	19,53

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
обед 1-4 классов									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	закуска	16*	Свежие огурцы порциями	60	11,52	63	0,47	6,04	1,81
	1 блюдо	139*	Суп картофельный с горохом	200	8,61	118	4,71	3,73	15,96
	2 блюдо	493*	Птица тушенная в смет.соусе	90(50/40)	12,90	220	14,28	19,35	7,27
	гарнир	516*	Макаронные изделия отварные	150	5,89	211	5,32	4,89	35,52
	напиток	79**	Чай с фруктовым соком	200	4,30	95	0,34	0,02	24,53
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,20	126	2,82	0,6	0,6
	фрукты		Апельсины свежие	222	24	60	1,35	0,3	12,15
	ИТОГО					70,42	893,00	29,29	34,93

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
обед для 5-11 классов									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	закуска	43	Салат из моркови	100	5,87	20,04	0,8	0,2	5,21
	1 блюдо	110*	Суп картофел. с горох	250/5	14,19	147	5,89	4,65	19,98
	2 блюдо	498*	Птица туш в см.соусе	100(60/40)	17,51	199	13,88	17,78	4,5
	гарнир	511*	Макаронные изд.отвари	180	6,22	253	6,38	5,87	42,62
	напиток	79**	Чай с фруктовым соком	200	4,30	95	0,34	0,02	24,53
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,20	126	2,82	0,6	0,6
	ИТОГО					51,29	840,04	30,11	29,12
ВСЕГО					1494,47	47,47	48,65	179,51	

Повар:  Яраханова Э.Р.