

Утверждаю:
 Директор МБОУ
 «Полевобикишкская СОШ» И.С. Камалетдинов

МЕНЮ на 05.05.2023г.

11 –й день по двенадцатидневному меню

| | | | | | | | | | |
|-------|-----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| школа | МБОУ "Полевобикишкская СОШ" | | | | | | | | |
|-------|-----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|

завтрак

| прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|------------|--------|------------------------|----------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| | 1 блюдо | 311* | Каша вяз греч с маслом | 200 | 13,93 | 255,86 | 2,50 | 3,60 | 28,70 |
| | напиток | 685* | Чай сладкий с лимон | 200 | 3,27 | 152,00 | 3,80 | 0,40 | 24,30 |
| | хлеб черн. | | Хлеб пшеничный | 15 | 2,67 | 119,00 | 5,75 | 9,75 | 0,00 |
| | сладкое | | Сок фруктовый | 200 | 20,00 | 120,00 | 1,40 | 0,20 | 26,40 |
| ИТОГО | | | | | 39,87 | 616,86 | 18,65 | 24,09 | 87,10 |

| | | | | | | | | | |
|-------|-----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| школа | МБОУ "Полевобикишкская СОШ" | | | | | | | | |
|-------|-----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|

обед для 1-4 классов

| прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийн | Белки | Жиры | Углеводы | |
|------------|--------------|--------|---------------------------------------|-----------|-------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| обед | закуска | | Огурцы свежие порциями | 60 | 9,00 | 12,00 | 0,48 | 0,12 | 3,12 | |
| | 1 блюдо | 132* | Рассольник ленинградский со сметаной | 200/5 | 6,75 | 113 | 1,88 | 5,1 | 13,92 | |
| | 2 блюдо | 471* | Фрикадельки из мяса, тушенные в соусе | 90(50/40) | 20,52 | 140 | 8,83 | 8,63 | 7,54 | |
| | гарнир | 302* | Каша пшеничная вязкая | 150 | 9,26 | 172,95 | 4,5 | 6,15 | 24,9 | |
| | напиток | 631* | Компот из св. плодов | 200 | 5,02 | 109 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | |
| | хлеб чер | | Хлеб ржаной | 60 | 3,20 | 126,00 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | |
| | напиток | | Сок фруктовый | 200(1) | 20,00 | 120 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | |
| | ИТОГО | | | | | 73,75 | 792,95 | 20,07 | 20,96 | 104,35 |

| | | | | | | | | | |
|-------|-----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| школа | МБОУ "Полевобикишкская СОШ" | | | | | | | | |
|-------|-----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|

обед для 5-11 классов

| прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|------------|--------------|--------|---------------------------------------|------------|-------|--------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| обед | закуска | 88* | Салат из свеклы отварной | 100 | 2,82 | 171 | 1,27 | 15,06 | 7,65 | |
| | 1 блюдо | 132* | Рассольник ленинградс.со смет | 250/5 | 12,82 | 135 | 2,31 | 5,99 | 17,36 | |
| | 2 блюдо | 471* | Фрикадельки из мяса, тушенные в соусе | 100(50/50) | 21,60 | 140 | 8,83 | 8,63 | 7,54 | |
| | гарнир | 302* | Каша вязкая пшеничная с мсл | 180 | 9,39 | 207,54 | 5,4 | 7,38 | 29,88 | |
| | напиток | 685* | Компот из св. плодов | 200 | 5,02 | 109 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 60 | 3,20 | 126 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | |
| | ИТОГО | | | | | 54,85 | 907,58 | 48,75 | 50,29 | 204,26 |
| | ВСЕГО | | | | | | 1524,44 | 48,75 | 50,29 | 204,26 |

Повар: Яраханова Э.Р