

Утверждаю:  
 Директор МБОУ  
 «Полевобикишская СОШ» И.А. Камалетдинов

## МЕНЮ на 15.05.2023 г.

7-й день по двенадцатидневному меню

кола		МБОУ "Полевобикишская СОШ"							
		завтрак							
пием ищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	1 блюдо	302*	Каша вязк пшен.с/м	220/5	11,53	253,66	6,60	9,02	36,52
	напиток	297**	Чай с молоком	200	5,40	86,00	1,60	1,65	17,36
	хлеб пш		Хлеб пшеничный	50	2,67	119,00	3,80	0,40	24,30
			итого:		19,60	530,66	16,60	16,87	78,18

кола		МБОУ "Полевобикишская СОШ"							
		обед для 1-4 классов							
пием ищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	закуска	16*	Свежие огурцы порция	60	5,04	63	0,47	6,04	1,81
	1 блюдо	139*	Суп картоф с горохом	200	10,12	118	4,71	3,73	15,96
	2 блюдо	493*	Птица тушен. в .соусе	90(50/40)	12,9	220	14,28	19,35	7,27
	гарнир	516*	Макаронные изд.отвар	150	5,89	211	5,32	4,89	35,52
	напиток	79**	Чай с фруктовым соком	200	4,3	95	0,34	0,02	24,53
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,1	126	2,82	0,6	0,6
	фрукты		Груша свежая	184	35,69	60	1,35	0,3	12,15
				<b>ИТОГО</b>		<b>77,04</b>	<b>893,00</b>	<b>29,29</b>	<b>34,93</b>

кола		МБОУ "Полевобикишская СОШ"							
		обед для 5-11 классов							
пием ищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	закуска	16*	Салат из моркови	100	4,92	105	0,79	10,07	3,02
	1 блюдо	139*	Суп картоф с горохом	250	11,89	147	5,89	4,65	19,98
	2 блюдо	493*	Птица тушенная в смет.соусе	100 (60/40)	17,83	199	13,88	17,78	4,5
	напито	516*	Макаронные изд отвар	180	7,41	253	6,38	5,87	42,62
	хлеб черн.	79**	Чай с фруктовым соком	200	4,30	95	0,34	0,02	24,53
			Хлеб ржаной	60	3,20	126	2,82	0,6	0,6
				<b>ИТОГО</b>		<b>49,55</b>	<b>925,00</b>	<b>30,10</b>	<b>38,99</b>
			<b>ВСЕГО</b>			<b>1455,66</b>	<b>46,70</b>	<b>55,86</b>	<b>173,43</b>

Повар: *Яраханова Э.Р.* Яраханова Э.Р.