

Директор МБОУ «Полевобикшикская СОШ»

И.А. Камалетдинов

МЕНЮ на 19.05.2023г

11 –й день по двенадцатидневному меню

школа МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
завтрак									
номер	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводь
	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 "Полевобикшикская СОШ"

обед для 1-4 классов

номер	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводь
	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, тушеные 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	2
ИТОГО					73,75	792,95	20,07	20,96	104,3

школа МБОУ "Полевобикшикская СОШ"

обед для 5-11 классов

номер	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угл
	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	17,5
	2 блюдо	471*	Фрикадельки из мяса, тушеные в соусе	100(50/50)	21,60	140	8,83	8,63	7,5
	гарнир	302*	Каша вязкая пшеничная с мел	180	9,39	207,54	5,4	7,38	29,
	напиток	685*	Компот из св. плодов	200	5,02	109	0,16	0,16	27,
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,20	126	2,82	0,6	0,6
ИТОГО					54,85	907,58	48,75	50,29	20,
ВСЕГО						1524,44	48,75	50,29	20,

Повар: Яраханова Э.Р.