

Директор МБОУ «Полевобикшикская СОШ» П.А. Камалетдинов

## МЕНЮ на 20.05.2023г.

12 –й день по двенадцатидневному меню

| школа        |            | МБОУ "Полевобикшикская СОШ" |                         |          |              |               |              |              |              |
|--------------|------------|-----------------------------|-------------------------|----------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
|              |            | завтрак                     |                         |          |              |               |              |              |              |
| номер        | Раздел     | № р                         | Блюдо                   | Выход, г | Цена         | Калорийность  | Белки        | Жиры         | Углеводы     |
| нем<br>щи    | I блюдо    | 302*                        | Каша вязкая овсяная с/м | 220/5    | 14,31        | 253,44        | 6,6          | 12,32        | 29,04        |
|              |            | 693*                        | Какао с молоком         | 200      | 9,96         | 149,00        | 3,04         | 3,39         | 27,91        |
|              | напиток    |                             | Хлеб пшеничный          | 50       | 2,67         | 119,00        | 3,80         | 0,40         | 24,30        |
|              | хлеб черн. |                             |                         |          |              |               |              |              |              |
| <b>ИТОГО</b> |            |                             |                         |          | <b>26,94</b> | <b>584,44</b> | <b>18,54</b> | <b>20,71</b> | <b>81,55</b> |

| школа |              | МБОУ "Полевобикшикская СОШ" |                           |           |       |              |               |              |              |
|-------|--------------|-----------------------------|---------------------------|-----------|-------|--------------|---------------|--------------|--------------|
|       |              | обед 1-4 классов            |                           |           |       |              |               |              |              |
| номер | Раздел       | № рец.                      | Блюдо                     | Выход, г  | Цена  | Калорийн     | Белки         | Жиры         | Углеводы     |
| бед   | закуска      |                             | Огурцы соленые порциями   | 60        | 2,56  | 8,00         | 0,48          | 0,06         | 0,96         |
|       | 1 блюдо      | 134*                        | Суп крестьянский с крупой | 200/5     | 6,05  | 106,00       | 1,51          | 3,32         | 9,24         |
|       | 2 блюдо      | 474*                        | Кнели из мяса (говядины)  | 90(50+40) | 20,35 | 143,00       | 18,03         | 6,64         | 2,61         |
|       | гарнир       | 511*                        | Рис отварной              | 150       | 7,03  | 228,00       | 3,81          | 6,11         | 38,61        |
|       | напиток      | 638*                        | Компот из св.яблок        | 200       | 5,02  | 128          | 0,36          | 0            | 33,16        |
|       | хлеб черн.   |                             | Хлеб ржаной               | 60        | 3,20  | 126,00       | 2,82          | 0,60         | 0,60         |
|       | фрукты       |                             | Яблоко свежее             | 156       | 14,04 | 60,00        | 1,35          | 0,30         | 12,15        |
|       | <b>ИТОГО</b> |                             |                           |           |       | <b>58,25</b> | <b>799,00</b> | <b>28,36</b> | <b>17,03</b> |

| школа |              | МБОУ "Полевобикшикская СОШ" |                             | Отд./корп  | 5-11 кл | День         |               |              |              |
|-------|--------------|-----------------------------|-----------------------------|------------|---------|--------------|---------------|--------------|--------------|
|       |              | обед 5-11 классов           |                             |            |         |              |               |              |              |
| номер | Раздел       | № рец.                      | Блюдо                       | Выход, г   | Цена    | Калорийность | Белки         | Жиры         | Углеводы     |
| ед    | закуска      |                             | Огурцы соленые порциями     | 100        | -       | 13,36        | 0,8           | 0,1          | 1,6          |
|       | 1 блюдо      | 134*                        | Суп крестьянский с крупой   | 250        | 9,91    | 121          | 1,87          | 4,97         | 11,52        |
|       | 2 блюдо      | 474*                        | Кнели из мяса говядины(кур) | 100(50+50) | 23,94   | 185          | 20,13         | 9,32         | 4,97         |
|       | гарнир       | 511*                        | Рис отварной                | 200        | 12,22   | 275          | 4,58          | 7,33         | 46,33        |
|       | напиток      | 705*                        | Напиток из citrusовых пл.   | 60         | 6,35    | 133          | 0,68          | 0,28         | 20           |
|       | хлеб черн.   |                             | Хлеб ржаной                 |            | 3,20    | 126          | 2,82          | 0,6          | 0,6          |
|       | <b>ИТОГО</b> |                             |                             |            |         | <b>55,62</b> | <b>853,36</b> | <b>30,88</b> | <b>22,60</b> |

Повар: Яраханова Э.Р.