



Утверждаю
 Директор МБОУ «Полевобикшикская СОШ»
 И.А.Камалетдинов

МЕНЮ на 22.05.2023г.

1 –й день по двенадцатидневному меню

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
завтрак									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углев
завтрак	закуска	97*	Масло сл.порциями	10	6.50	75,00	0,05	8,25	0,0
	1 блюдо	302*	Каша пш. с маслом	220/5	13,07	253,66	6,60	9,02	36,2
	напиток	686*	Чай с лимоном	200	3,15	59,00	0,26	0,06	15,2
	хлеб пшен..		Хлеб пшеничный	50	2,67	119,00	3,80	0,40	24,2
	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	Угл
обед	закуска	45*	Салат из кваш.капусты с рм	60	3,88	52,00	0,96	3,04	1,0
	1 блюдо	132*	Рассольник ленинград сл	200/5	11,83	113,00	1,88	5,1	1,0
	2 блюдо	371*	Рыба припущенная с соусом	90(50/40)	17,02	139,00	13,81	5,76	1,0
	гарнир	520*	Пюре картофельное	150	8,42	155,00	3,22	5,56	1,0
	напиток	638*	Компот из изюма	200	5,02	128,00	0,36	0	1,0
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,20	126,00	2,82	0,6	1,0
	сладкое		Вафли	46	10,35	125,00	2,25	2,94	1,0
	сладкое		Шоколад молочный	85	69,00	126,00	2,82	0,6	1,0
	ИТОГО					128,72	964,00	28,12	23,60

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

Повар: *Яраханова Э.Р.*