

Директор МБОУ «Полевобикишкская СОШ»  П.А. Камалетдинов


МЕНЮ на 23.05.2023г.

2-й день по двенадцатидневному меню

№ п/п	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	1 блюдо	302*	Каша вязкая овсяная с маслом	220/5	12,62	253,44	6,60	12,32	29,04
	напиток	685*	Чай с сахаром	200	2,08	57,00	0,20	0,05	15,01
	хлеб че		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
			Сок фруктовый	200	20,00	120,00	1,40	0,20	26,40
	ИТОГО					37,28	621,44	16,60	18,77

№ п/п	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
2	закуска	43*	Салат из белокочанной капусты	60	2,82	53	0,93	3,05	5,65	
	1 блюдо	110*	Борщ с капустой картофелем со сметаной	200/5	9,86	89	1,47	4,67	7,31	
	2 блюдо	462*	Тефтели рубленые с соусом	90(50/40)	21,82	197	8,56	14,11	9,07	
	гарнир	508*	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,93	271	8,76	6,62	43,08	
	напиток	639*	Компот из смеси сухофруктов	200	5,02	116	0,44	0	28,88	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,2	126	2,82	0,6	0,6	
		сладкое		Печенье сахарное	39	6,63	126	2,82	0,6	0,6
	ИТОГО					60,28	978,00	25,80	29,65	95,19

№ п/п	Раздел	№ р	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
3	закуска	43*	Салат из белокочанной капусты	100	5,37	88	1,55	5,08	9,42
	1 блюдо	110*	Борщ с капустой картофелем со сметаной	250/5	12,16	107	1,8	5,48	9,12
	2 блюдо	462*	Мясо рубленное с соусом	100(50/50)	19,30	197	8,56	14,11	9,07
	гарнир	508*	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,95	325	10,51	7,94	51,7
	напиток	639*	Компот из смеси сухофруктов	200	5,02	116	0,44	0	28,88
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
		ИТОГО					56,90	1208,00	35,27
ВСЕГО						1621,44	43,87	54,41	206,45

Повар:  Яраханова Э.Р.

