

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

МЕНЮ на 29.05.2023 г.

7 –й день по двенадцатидневному меню

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
завтрак									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
						253,66	6,60	9,02	36,52
	1 блюдо	302*	Каша вязк пшен.с/м	220/5	11,53				
	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
							16,60	16,87	78,18
			ИТОГО:		19,60	530,66			

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
обед для 1-4 классов									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска	16*	Свежие огурцы порциями	60	5,04	63	0,47	6,04	1,81
	1 блюдо	139*	Суп картофельный с горохом	200	10,12	118	4,71	3,73	15,96
	2 блюдо	493*	Птица тушенная в смет.с	90(50/40)	12,9	220	14,28	19,35	7,27
	гарнир	516*	Макаронные изделия отварные	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		Яблоко свежее	156	14,04	60	1,35	0,3	12,15
			ИТОГО		55,39	893,00	29,29	34,93	97,8

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
обед для 5-11 классов									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле
	закуска	16*	Салат из моркови	100	4,92	105	0,79	10,07	3,0
	1 блюдо	139*	Суп картоф с горохом	250	11,89	147	5,89	4,65	19,
	2 блюдо	493*	Птица тушенная в смет.соусе	100 (60/40)	17,83	199	13,88	17,78	4,
	напиток	516*	Макаронные изд отвар	180	7,41	253	6,38	5,87	42
	хлеб черн.	79**	Чай с фруктовым соком	200	4,30	95	0,34	0,02	24
			Хлеб ржаной	60	3,20	126	2,82	0,6	0
			ИТОГО		49,55	925,00	30,10	38,99	9,
			ВСЕГО			1455,66	46,70	55,86	17

Повар: **Яраханова Э.Р.**