

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

**МЕНЮ на 17.01.2023г.**

2 -й день по двенадцатидневному меню

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
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	
<b>ИТОГО</b>				<b>37.28</b>	<b>621.44</b>	<b>16.60</b>	<b>18.77</b>	<b>94.75</b>	

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
закуска	43*	Салат из белокочанной капусты	60	4.2	53	0.93	3.05	5.65	
1 блюдо	110*	Борщ с капустой картофелем со сметаной	200/5	8.66	89	1.47	4.67	7.31	
2 блюдо	462*	Тефтели рубленые с соусом	90(50/40)	23.82	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	3.1	126	2.82	0.6	0.6	
<b>ИТОГО</b>				<b>55.73</b>	<b>852,00</b>	<b>22,98</b>	<b>29,05</b>	<b>94,59</b>	

МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
Раздел	№ р	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
закуска	43*	Салат из белокочанной капусты	100	4.55	88	1.55	5.08	9.42	
1 блюдо	110*	Борщ с капустой картофелем со сметаной	250/5	11.10	107	1.8	5.48	9.12	
2 блюдо	462*	Тефтели рубленые с соусом	100(50/50)	20.80	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	
<b>ИТОГО</b>				<b>56.52</b>	<b>1208,00</b>	<b>35,27</b>	<b>37,74</b>	<b>129,84</b>	

Повар:  Яраханова Э.Р.