

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

### МЕНЮ на 21.01.2023г.

6 -й день по двенадцатидневному меню									
МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
завтрак									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	закуска	97*	Масло слив.порция	10	6,32	75,00	0,05	8,25	0,08
	1 блюдо	302*	Каша вязкая манн см	220	12,64	236,06	5,28	9,02	33,44
	напиток	693*	Какао с молоком	200	10,06	149	3,04	3,39	27,91
	хлеб пш		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
			Итого:		<b>31,60</b>	<b>579,06</b>	<b>21,06</b>	<b>85,73</b>	<b>579,06</b>
ИТОГО									
МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
обед для 1-4 классов									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	закуска	71*	Винегрет овощной	60	3,56	76	0,82	6,07	4,52
	1 блюдо	134*	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5	8,69	106	1,51	3,32	9,24
	2 блюдо	451*	Биточки рубленные с соусом	90 (50/40)	22,38	165	9,08	15,2	9,2
	гарнир	534*	Капуста тушеная	150	8,42	115	3,6	4,52	15,3
	напиток	638*	Компот из кураги	200	10,2	123	1,04	0	30,96
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3	126	2,82	0,6	0,6
	напиток		Сок фруктовый	200(1)	20	120	1,40	0,20	26,40
			Итого		<b>76,25</b>	<b>831,00</b>	<b>20,27</b>	<b>29,91</b>	<b>96,22</b>
МБОУ "Полевобикшикская СОШ"									
Обед для 5-11 классов									
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	закуска	71*	Винегрет овощной	100	2,85	127	1,37	10,11	7,54
	1 блюдо	134*	Суп крестья с крупой	250	8,61	121	1,87	4,97	11,52
	2 блюдо	451*	Биточки рубл с соусом	100(60/40)	26,54	201	10,96	11,54	13,12
		214*	Капуста тушеная	180	5,12	115,2	3,84	6,24	108
	напиток	638*	Компот из кураги	200	6,86	123	1,04	0	30,96
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
			Итого		<b>53,08</b>	<b>933,20</b>	<b>23,30</b>	<b>23,30</b>	<b>198,14</b>
ВСЕГО						<b>1512,26</b>	<b>35,47</b>	<b>42,96</b>	<b>283,87</b>

Повар: Яраханова Э.Р.