

Утверждаю:
 Директор МБОУ
 «Полевобикшикская СОШ»

И.А.Камалетдинов

МЕНЮ на 25.01.2023г.

9-й день по двенадцатидневному меню

школа	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
завтрак									
меню завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска	97*	Масло сл. порциями	10	6,33	75,00	0,05	8,25	0,08
	1 блюдо	302*	Каша вязкая рисовая с маслом	220/5	12,38	231,44	3,3	8,8	34,76
	напиток	685*	Чай с сахаром	200	2,78	57,00	0,20	0,05	15,01
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	50	2,58	119,00	3,80	0,40	24,30
ИТОГО					24,07	563,44	11,86	17,08	578,44

школа	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
обед для 1-4 классов									
меню обед	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска	45*	Салат из кваш.капусты с рас. маслом	60	3,98	52,00	0,96	3,04	5,00
	1 блюдо	124*	Щи из св капусты с картофелем со смет	200/5	9,44	79,00	1,46	4,75	6,22
	2 блюдо	388*	Биточки рыбные с соусом	90 (50/40)	21,29	155,00	9,04	8,22	10,71
	гарнир	520*	Пюре картофельное	150	8,9	155,00	3,22	5,56	22,00
	напиток	638*	Компот	200	12,76	136,00	0,57	0,00	34,41
	хлеб чер		Хлеб ржаной	60	3,1	126,00	2,82	0,60	0,60
ИТОГО					59,47	703,00	18,07	22,17	78,94

школа	МБОУ "Полевобикшикская СОШ"								
обед для 5-11 классов									
меню обед	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска	45*	Салат из кваш.капусты с рас. маслом	100	1,06	87	1,6	5,07	8,33
	1 блюдо	124*	Щи из св капусты с картофелем со смет	250/5	6,87	93	1,8	5,57	7,77
	2 блюдо	388*	Биточки рыбные с соусом	100 (60/40)	25,39	201	10,96	11,54	13,12
	гарнир	520*	Пюре картофельное	180	10,88	197	3,87	6,68	26,41
	напиток	638*	Компот	200	12,76	136,00	0,57	0,00	34,41
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	126	2,82	0,6	0,6
ИТОГО					60,06	840,00	21,62	29,46	90,64

Повар: Яраханова Э.Р.