

Директор МБОУ «Полевобикшикская СОШ» И.А. Камалетдинов

МЕНЮ на 03.03.2023 г.

5-й день по двенадцатидневному меню



| | | | | | | | | | |
|----------------|-----------------------------|-----------|-------------------------------|----------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| кола | МБОУ "Полевобикшикская СОШ" | | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | | | |
| прием ищи | Раздел | № реп. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| | 1 блюдо | 302* | Каша вязкая пшениная с маслом | 220 | 13,89 | 256,52 | 6,38 | 10,12 | 34,98 |
| | напиток | 692* | Кофейный напиток с молоком | 200 | 8,59 | 152,00 | 2,50 | 3,60 | 28,70 |
| | хлеб пш | | Хлеб пшеничный | 50 | 2,58 | 119,00 | 3,80 | 0,40 | 24,30 |
| | | | итого: | | 25,15 | 642,83 | 18,78 | 20,02 | 108,98 |
| | ИТОГО | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|-----------------------------|-----------------------------|-----------|------------------------------|----------|-------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| кола | МБОУ "Полевобикшикская СОШ" | | | | | | | | |
| обед для 1-4 классов | | | | | | | | | |
| прием ищи | Раздел | № реп. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| обед | закуска | 52* | Салат из свеклы отварной | 60 | 2,13 | 103,00 | 0,76 | 9,04 | 4,59 |
| | 1 блюдо | 140* | Суп картоф.с макарон. издел. | 200 | 8,84 | 117,00 | 2,26 | 4,3 | 16,68 |
| | 2 блюдо | 436* | Жаркое по-домашнему | 150 | 29,88 | 156,25 | 13,35 | 7,35 | 16,20 |
| | напиток | 638* | Компот из чернослива | 200 | 12,76 | 136,00 | 0,57 | 0 | 34,41 |
| | хлеб чер | | Хлеб ржаной | 60 | 3,1 | 126,00 | 2,82 | 0,60 | 0,60 |
| | фрукты | | Мандарин свежий | 93 | 13,95 | 60,00 | 1,35 | 0,30 | 12,15 |
| | | | | | | 70,66 | 698,25 | 21,11 | 21,59 |
| | ИТОГО | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|------------------------------|-----------------------------|-----------|-----------------------|----------|--------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| кола | МБОУ "Полевобикшикская СОШ" | | | | | | | | |
| обед для 5-11 классов | | | | | | | | | |
| прием ищи | Раздел | № реп. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| обед | закуска | 88* | Салат из свеклы отвар | 100 | 3,97 | 171,00 | 1,27 | 15,06 | 7,65 |
| | 1 блюдо | 140* | Суп картоф.с мак.изд. | 250 | 12,55 | 146 | 2,84 | 5,37 | 20,84 |
| | гарнир | 436* | Жаркое по-домашнему | 180 | 34,77 | 156,25 | 13,35 | 7,35 | 16,20 |
| | напито | 638* | Компот из чернослива | 200 | 12,76 | 136 | 0,57 | 0 | 34,41 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 60 | 3,10 | 126,00 | 2,82 | 0,60 | 0,60 |
| | ИТОГО | | | | 67,15 | 889,00 | 25,35 | 31,13 | 97,33 |
| | ВСЕГО | | | | | 1531,83 | 44,13 | 51,15 | 206,31 |

Повар: *Э.П. Яраханова* Яраханова Э.П.