



УТВЕРЖДАЮ:

И. о. директора МБОУ «Бикбардинская ООШ»

Л.А. Бардасова

Ежедневное меню 5-9 классы «5» апреля 2023г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Наименование блюда | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | углевод ы |
|------------|--------------|--------|--------------------------------|-------|-------|--------------|-------|------|--------------|
| Завтрак | Гор. блюдо | 208 | Каша пшенная молочная с маслом | 185 | 14,19 | 309 | 9 | 11 | 45 |
| | Гор. напиток | 493 | Чай с сахаром | 200 | 3,56 | 61 | 0 | 0 | 13 |
| | Хлеб | 109 | Хлеб ржаной | 40 | 2,37 | 70 | 3 | 0 | 13 |
| | Хлеб | 110 | Хлеб пшеничный | 40 | 2,37 | 72 | 3 | 0 | 14 |
| Обед | Гарнир | 237 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,47 | 253 | 9 | 8 | 37 |
| | 2 блюдо | 367 | Гуляш мясной | 90 | 43,20 | 223 | 15 | 17 | 19 |
| | Гор. напиток | 493 | Чай с сахаром | 200 | 3,56 | 61 | 0 | 0 | 13 |
| | Хлеб | 109 | Хлеб ржаной | 40 | 3,30 | 70 | 3 | 0 | 13 |
| | Хлеб | 110 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,30 | 72 | 3 | 0 | 14 |
| | Закуска | | | | | | | | |
| | Фрукт | | | | | | | | |