



Утверждаю

Директор МБОУ Николаевская СШ
МБОУ" Николаевская СШ
Муравьева Ольга Владимировна/

МЕНЮ

10 ноября 2023 г.

6-11 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/35	103,72	36,3	47,7	50,5	782
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,32	0,1	8,3	0,1	75
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	3,88	0,3		15,3	63
ЯБЛОКО	109	23,67	0,4	0,4	9,4	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,98	2	0,3	12,5	60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	5,87	3,9	0,3	25,4	120
Итого		150,43	43	57	113,2	1145
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	11,05	2	7,9	10,3	120
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	250	21,86	8,2	7,4	20,2	181
ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	100	51,36	16,1	16,5	14,6	272
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	19,64	4,5	7,2	19,1	162
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	15,02			14,6	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,69	3,1	0,3	20,3	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,66	1,3	0,2	8,3	40
Итого		126,26	35,2	39,5	107,4	929
Полдник						
РЯЖЕНКА	181	47,55	5,3	4,5	7,6	98
ПЕЧЕНЬЕ	100	55,00	7,5	9,8	74,4	417
Итого		102,55	12,8	14,3	82	515
Всего		379,24	91	110,8	302,6	2589

Зав. производством (шеф-повар) _____

Алексеева Валентина Михайловна



Утверждаю

Директор МБОУ Николаевская СШ
МБОУ" Николаевская СШ
Муравьева Ольга Владимировна/

МЕНЮ

10 ноября 2023 г.

1-5 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200/30	94,21	32,8	43,3	48,3	721
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	4,35	0,3		20,1	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,70	3,1	0,3	20,3	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,98	2	0,3	12,5	60
ЯБЛОКО	109	26,90	0,4	0,4	10,7	51
Итого		134,14	38,6	44,3	111,9	1010
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	6,68	1,2	4,7	6,3	72
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	17,48	6,7	5,8	16,2	145
ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	90	46,10	14,4	14,9	13,2	244
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	16,43	3,8	6	16	135
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	15,30			17,5	70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,69	3,1	0,3	20,3	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,66	1,3	0,2	8,3	40
Итого		109,33	30,5	31,9	97,8	802
Полдник						
РЯЖЕНКА	181	47,54	5,3	4,5	7,6	98
ПЕЧЕНЬЕ	50	27,50	3,8	4,9	37,2	209
Итого		75,04	9,1	9,4	44,8	307
Всего		318,51	78,2	85,6	254,5	2119

Зав. производством (шеф-повар)

Алексеева Валентина Михайловна