

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 октября 2023 г.

1-5 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	61	7,94			2,4	11
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	250	47,24	17,2	22,4	76,7	558
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	5,91	3,9	0,3	25,5	121
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	4,19	2,1	0,3	13,1	63
Итого		67,35	23,4	23	132,7	814
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	9,54	1	3	4,9	53
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	17,75	7	6,4	16	150
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	90	55,39	15,7	12	7,7	200
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	75	8,92	1,7	2,8	10,8	74
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	75	8,01	1,7	3	7,7	66
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,25			17,5	70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	5,90	3,9	0,3	25,5	121
ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	5,58	2,7	0,4	17,5	84
ЯБЛОКИ	100	21,78	0,4	0,4	8,6	41
Итого		140,12	34,1	28,3	116,2	859
Полдник						
БАТОН	49	5,18	3,9	0,5	24,2	117
ЙОГУРТ	187	53,97	9,4	6	15,9	163
Итого		59,14	13,3	6,5	40,1	280
Всего		266,61	70,8	57,8	289	1953

Зав. производством (шеф-повар)



Несвитова Галина Васильевна

Утверждаю

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




МЕНЮ

12 октября 2023 г.

6-11 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	101	13,24			4	18
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	250	47,16	17,2	22,4	76,7	558
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,57	0,1	8,3	0,1	75
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	4,72	3,1	0,3	20,4	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	4,18	2,1	0,3	13,1	63
Итого		80,95	22,7	31,3	129,3	871
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	15,90	1,5	5,1	8,2	88
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	22,18	8,7	8	19,8	188
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	100	61,55	17,4	13,3	8,5	222
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	90	9,89	2,3	3,6	9,6	81
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	10,71	2	3,3	12,9	89
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,96			14,6	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	2,79	1,4	0,2	8,8	42
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	4,72	3,1	0,3	20,4	96
ЯБЛОКИ	100	21,78	0,4	0,4	8,6	41
Итого		156,50	36,8	34,2	111,4	905
Полдник						
БАТОН	69	7,24	5,5	0,7	33,9	164
ЙОГУРТ	187	53,97	9,4	6	15,9	163
Итого		61,22	14,9	6,7	49,8	327
Всего		298,66	74,4	72,2	290,5	2103

Зав. производством (шеф-повар)



Несвитова Галина Васильевна