

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 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	62	8,11			2,5	11
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	250	43,81	14,8	21,7	63,1	488
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	5,92	3,9	0,3	25,6	121
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,12	2	0,3	12,9	62
Итого		64,03	20,9	22,3	119,1	743
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,99	0,9	3	4,8	52
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	16,80	6,7	6,1	15,7	145
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	90	55,42	15,7	12	7,8	201
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	75	8,82	1,7	2,7	10,7	74
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	75	7,84	1,7	3	7,7	66
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,54			17,5	70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	5,33	3,5	0,3	23	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,12	2	0,3	12,9	62
АПЕЛЬСИН	100	25,46	0,6	0,1	5,4	29
Итого		140,31	32,8	27,5	105,5	808
Полдник						
БАТОН	50	5,24	4	0,5	24,5	119
ЙОГУРТ	170	49,00	8,5	5,4	14,4	148
Итого		54,25	12,5	5,9	38,9	267
Всего		258,58	66,2	55,7	263,5	1818

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна

Утверждаю

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

МЕНЮ Николаевская СШ
27 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	103	13,52			4,1	19
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	250	43,91	14,8	21,7	63,4	489
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,55	0,1	8,3	0,1	75
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	4,73	3,1	0,3	20,5	97
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,12	2	0,3	12,9	62
Итого		77,91	20,2	30,6	116	803
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	95	14,98	1,4	5,1	8	86
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	20,99	8,2	7,7	19,5	181
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	100	61,56	17,4	13,3	8,6	223
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	90	9,68	2,2	3,6	9,5	80
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	10,58	2	3,2	12,9	88
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,25			14,6	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,75	1,3	0,2	8,6	42
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	4,74	3,1	0,3	20,5	97
АПЕЛЬСИН	98	24,95	0,6	0,1	5,3	28
Итого		157,46	36,2	33,5	107,5	883
Полдник						
БАТОН	70	7,34	5,6	0,7	34,3	166
ЙОГУРТ	170	49,01	8,5	5,4	14,4	148
Итого		56,35	14,1	6,1	48,7	314
Всего		291,72	70,5	70,2	272,2	2000

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна