



Утверждаю

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

## МЕНЮ

13 сентября 2023 г.

### 6-11 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	250	25,38	8,8	8,2	44,5	285
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,49	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,89	2,2	2,9	1,9	35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,12	3,4	1	21,6	108
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,81	3,8	0,3	25,1	119
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	5,44	2,7	0,4	17,1	82
Итого		67,13	21	21,1	110,3	704
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ И МОРКОВЬЮ	105	18,16	1,6	9,8	7,9	127
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	30,36	8,5	4,4	18,3	148
ПЛОВ	200	45,42	18,1	41	34,7	580
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	9,38			24,3	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,65	3,1	0,2	20,1	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,08	2	0,3	12,8	62
БАНАН	100	20,00	1,5	0,5	21	96
Итого		132,05	34,8	56,2	139,1	1205
Всего		199,18	55,8	77,3	249,4	1909

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна



Утверждаю

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

# МЕНЮ

13 сентября 2023 г.

## 1-5 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	250	25,40	8,9	10	46,1	311
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,53	0,1	8,3	0,1	75
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,12	3,4	1	21,6	108
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,65	3,1	0,2	20,1	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,72	1,3	0,2	8,6	41
Итого		56,43	16,8	19,7	96,5	630
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ И МОРКОВЬЮ	60	10,93	0,9	5,8	4,8	76
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	34,76	10,4	4,6	15	143
ПЛОВ	200	45,54	18,1	41	34,7	581
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	9,39			24,3	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,49	2,3	0,2	15,1	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,72	1,3	0,2	8,6	41
БАНАН	100	20,00	1,5	0,5	21	96
Итого		126,82	34,5	52,3	123,5	1105
Всего		183,25	51,3	72	220	1735

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна