



Утверждаю

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

МЕНЮ

2 октября 2023 г.

6-11 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	250	24,06	6,8	9,3	47,6	303
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,91	2,3	3	2	36
КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,13	3,8	3,7	19,6	128
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,79	3,8	0,3	25,1	118
ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	3,97	1,9	0,3	12,5	60
Итого		54,87	18,6	16,6	106,8	645
Обед						
САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ	100	27,61	1,6	10,1	3,3	110
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	37,15	9	11,7	8,8	177
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	100	47,64	16,4	6,9	3,4	140
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	20,74	3,8	6,4	25,6	175
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,02			14,6	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,64	3,1	0,2	20,1	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,65	1,3	0,2	8,3	40
Итого		147,44	35,2	35,5	84,1	795
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	13,39	4,6	8,5	36,6	240
СОК	197	17,91	0,6	0,4	32,1	138
Итого		31,30	5,2	8,9	68,7	378
Всего		233,61	59	61	259,6	1818

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна



Утверждаю

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

МЕНЮ

2 октября 2023 г.

1-5 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	250	23,52	7	8,3	53,3	317
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,89	2,3	3	2	36
КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,40	3,8	3,7	22,5	140
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,64	3,1	0,2	20,1	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,65	1,3	0,2	8,3	40
Итого		52,10	17,5	15,4	106,2	628
Обед						
САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ	60	17,13	1	6	1,9	66
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/5	30,23	7,3	9,5	7,1	144
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	90	42,76	14,7	6	2,9	125
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	16,52	3,2	4,6	21,4	140
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,52			19,4	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,79	3,8	0,3	25,1	118
ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	3,97	1,9	0,3	12,5	60
Итого		123,92	31,9	26,7	90,3	730
Полдник						
СОК	197	17,91	0,6	0,4	32,1	138
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	13,25	4,6	8,5	36,6	240
Итого		31,16	5,2	8,9	68,7	378
Всего		207,18	54,6	51	265,2	1736

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна