

Утверждаю



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

МЕНЮ

3 октября 2023 г.

6-11 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУКУРУЗА КОНС.	100	22,62	3	0,2	6,3	39
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	44,13	17,2	30,9	3,5	360
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9	8,93	0,1	8,3	0,1	75
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	3,27	2,2	0,2	14,2	67
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,71	1,3	0,2	8,5	41
Итого		83,73	24	39,8	47,6	643
Обед						
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	100	17,15	1,6	5,1	9,4	90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	22,38	11,8	9,5	18,8	209
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	52,35	16,5	19,9	15,3	305
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,20	10,1	7,1	45,9	288
СОК	199	18,12	0,6	0,4	32,5	139
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	4,37	2,9	0,2	18,9	89
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,06	2	0,3	12,8	61
БАНАН	102	20,32	1,5	0,5	21,3	98
Итого		152,94	47	43	174,9	1279
Полдник						
ЙОГУРТ	163	47,10	8,2	5,2	13,9	142
БАТОН	51	5,33	4,1	0,5	24,9	121
Итого		52,43	12,3	5,7	38,8	263
Всего		289,09	83,3	88,5	261,3	2185

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна

Утверждаю



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

МЕНЮ
3 октября 2023 г.

1-5 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУКУРУЗА КОНС.	60	13,58	1,8	0,1	3,8	23
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	44,66	17,2	31,2	3,5	363
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9	8,93	0,1	8,3	0,1	75
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,36	0,2		17,9	72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	3,28	2,2	0,2	14,2	67
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,71	1,3	0,2	8,5	41
Итого		75,52	22,8	40	48	641
Обед						
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	60	11,62	1,1	3	5,6	54
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	17,92	9,5	7,7	15,1	167
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	47,11	14,8	17,8	13,9	275
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,83	8,4	6	38,2	240
СОК	179	16,31	0,5	0,4	29,2	125
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	4,37	2,9	0,2	18,9	89
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,71	1,3	0,2	8,5	41
БАНАН	102	20,32	1,5	0,5	21,3	98
Итого		132,19	40	35,8	150,7	1089
Полдник						
ЙОГУРТ	163	47,10	8,2	5,2	13,9	142
БАТОН	71	7,46	5,7	0,7	34,9	169
Итого		54,55	13,9	5,9	48,8	311
Всего		262,27	76,7	81,7	247,5	2041

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна