

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 ноября 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	13,55	1,8	0,1	3,8	23
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	200	26,37	10,8	11,4	49,6	332
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,38	0,1	8,3	0,1	75
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,36	0,2		17,9	72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,95	2,3	0,2	15,3	72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	3,14	1,3	0,2	8,6	41
Итого		58,76	16,5	20,2	95,3	615
Обед						
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	60	11,41	1,1	3	5,6	54
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	17,68	9,1	7,6	15,1	164
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	52,09	15,1	18,7	14,3	286
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	17,78	3,1	5,2	21,3	144
СОК	179	16,30	0,5	0,4	29,2	125
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	5,27	3,1	0,3	20,3	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	3,14	1,3	0,2	8,6	41
БАНАН	100	20,00	1,5	0,5	21	96
Итого		143,67	34,8	35,9	135,4	1006
Полдник						
ЙОГУРТ	176	50,80	8,8	5,6	15	153
БАТОН	51	6,08	4,1	0,5	24,9	121
Итого		56,88	12,9	6,1	39,9	274
Всего		259,30	64,2	62,2	270,6	1895

Зав. производством (шеф-повар)

Алексеева Валентина Михайловна

Утверждаю

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



МЕНЮ
8 ноября 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	22,58	3	0,2	6,3	39
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	250	33,02	13,4	14,2	62	416
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,40	0,1	8,3	0,1	75
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,95	2,3	0,2	15,3	72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	3,14	1,3	0,2	8,6	41
Итого		74,16	20,3	23,1	107,3	704
Обед						
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	100	16,82	1,6	5,1	9,4	89
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	22,06	11,3	9,4	18,8	205
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	57,70	16,9	20,3	15,9	313
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	21,44	3,8	5,7	25,6	168
СОК	20	1,81	0,1		3,2	14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	5,27	3,1	0,3	20,3	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,71	2	0,3	12,9	62
БАНАН	100	20,00	1,5	0,5	21	96
Итого		149,81	40,3	41,6	127,1	1043
Полдник						
ЙОГУРТ	176	50,80	8,8	5,6	15	153
БАТОН	71	8,51	5,7	0,7	34,8	169
Итого		59,31	14,5	6,3	49,8	322
Всего		283,28	75,1	71	284,2	2069

Зав. производством (шеф-повар)

Алексева Валентина Михайловна