

Утверждаю



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

МЕНЮ
9 ноября 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	23,51	7,1	5,7	53,4	293
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,89	2,3	3	2	36
КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,29	3,9	1,6	22,6	120
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	5,31	3,1	0,3	20,5	97
ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	3,19	1,4	0,2	8,7	42
Итого		53,18	17,8	10,8	107,2	588
Обед						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	9,59	0,8	7	4,5	85
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/5	30,48	7,3	9,4	7,1	144
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	90	42,68	14,8	5,7	2,9	122
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,08	8,4	6,2	38,2	242
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	11,33	0,4	0,2	20,4	93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	6,64	3,9	0,3	25,6	121
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	4,79	2	0,3	13,1	63
Итого		117,58	37,6	29,1	111,8	870
Полдник						
СОК	198	17,98	0,6	0,4	32,2	138
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	12,87	4,5	8,2	35,8	235
Итого		30,85	5,1	8,6	68	373
Всего		201,61	60,5	48,5	287	1831

Зав. производством (шеф-повар)

Алексева Валентина Михайловна

Утверждаю

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

МЕНЮ
9 ноября 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	24,01	7	6,6	47,7	279
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,90	2,3	3	2	36
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,40	0,1	8,3	0,1	75
КАКАО С МОЛОКОМ	200	15,17	3,9	1,6	19,7	109
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	6,64	3,9	0,3	25,6	121
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	4,79	2	0,3	13,1	63
Итого		66,91	19,2	20,1	108,2	683
Обед						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	15,98	1,3	11,6	7,8	142
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	37,41	9	11,7	8,8	177
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	100	47,53	16,4	6,6	3,3	137
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,48	10,1	7,4	45,9	290
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	11,34	0,4	0,2	20,4	93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	5,31	3,1	0,3	20,5	97
ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	3,19	1,4	0,2	8,7	42
Итого		135,24	41,7	38	115,4	978
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	12,86	4,5	8,2	35,8	235
СОК	198	17,98	0,6	0,4	32,2	138
Итого		30,84	5,1	8,6	68	373
Всего		232,99	66	66,7	291,6	2034

Зав. производством (шеф-повар)

Алексеева Валентина Михайловна