

Утверждаю

Директор МБОУ Николаевская СШ  
МБОУ "Николаевская СШ"  
Соколова Инна Анатольевна

**МЕНЮ**  
11 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>						
ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	102	28,91	1,6	13,1	5	146
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	43,05	17,3	23,9	3,4	297
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,62	3	0,2	20	94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	4,14	2	0,3	13	63
ЯБЛОКИ	121	29,94	0,5	0,5	11,9	57
Итого		112,72	24,6	38	68,3	718
<b>Обед</b>						
САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ	100	20,60	1,8	10	3,3	110
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	41,38	9,9	12,2	16,7	215
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	100	45,65	15,1	4,5	9,1	137
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,48	10,1	7,4	45,9	290
СОК	182	16,52	0,5	0,4	29,6	127
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,62	3	0,2	20	94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,76	1,4	0,2	8,7	42
Итого		146,01	41,8	34,9	133,3	1015
Всего		258,74	66,4	72,9	201,6	1733

Зав. производством (шеф-повар)



Несвитова Галина Васильевна

Утверждаю

Директор МБОУ Николаевская СШ  
МБОУ" Николаевская СШ  
(Соколова Инна Анатольевна)



# МЕНЮ

11 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>						
ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	61	17,34	1	7,9	3	88
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200/10	42,79	17,1	23,7	3,4	295
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,47	2,3	0,2	15	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,76	1,4	0,2	8,7	42
ЯБЛОКИ	121	29,94	0,5	0,5	11,9	57
Итого		98,37	22,5	32,5	57	614
<b>Обед</b>						
САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ	60	12,36	1,1	6	2	66
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	33,72	7,9	9,8	13,5	175
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	90	41,05	13,6	4,1	8,2	123
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,07	3,6	4,6	37,7	206
СОК	182	16,52	0,5	0,4	29,6	127
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,47	2,3	0,2	15	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,76	1,4	0,2	8,7	42
Итого		121,95	30,4	25,3	114,7	810
Всего		220,32	52,9	57,8	171,7	1424

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна