

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
13 ноября 2023 г.

**1-5 КЛАСС**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	10,52	0,4	0,2	2,8	15
МАКАРОНЫ С СЫРОМ, МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	35,85	13,5	16,1	55,2	400
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,17	3,3	1	24,2	119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	2,41	1,6	0,1	10,4	49
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	2,52	1,2	0,2	7,9	38
Итого		65,47	20	17,6	100,5	621
<b>Обед</b>						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	9,46	0,7	6,1	4,2	75
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/5	31,49	8,1	11,3	11,6	183
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90	26,99	12,1	5,1	4,1	111
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	17,40	3,2	4	21,4	135
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	19,20			19,4	77
ГРУША	180	49,08	0,7	0,5	18,7	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	6,02	4	0,3	26	123
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	3,79	1,9	0,2	11,9	57
Итого		163,41	30,7	27,5	117,3	846
<b>Полдник</b>						
СОК	202	18,37	0,6	0,4	32,9	141
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	8,34	3,9	4,1	28,4	167
Итого		26,70	4,5	4,5	61,3	308
Всего		255,58	55,2	49,6	279,1	1775

Зав. производством (шеф-повар)

Алексеева Валентина Михайловна

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
13 ноября 2023 г.  
6-11 КЛАСС



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	101	17,53	0,6	0,3	4,6	24
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	14,05	0,2	12,5	0,2	113
МАКАРОНЫ С СЫРОМ, МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	35,84	13,5	16,1	55,2	400
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	12,84	3,3	3,2	21,3	127
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	2,52	1,2	0,2	7,9	38
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	4,81	3,2	0,3	20,8	98
Итого		87,61	22	32,6	110	800
<b>Обед</b>						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	15,76	1,1	10,1	7	125
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/6	34,89	9,4	12,6	13,2	204
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	29,86	13,4	5,7	4	120
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	21,77	3,8	5,7	25,6	168
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	19,20			19,4	77
ГРУША	180	49,08	0,7	0,5	18,7	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	4,81	3,2	0,3	20,8	98
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	2,52	1,2	0,2	7,9	38
Итого		177,90	32,8	35,1	116,6	915
<b>Полдник</b>						
СОК	202	18,37	0,6	0,4	31,9	137
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	11,72	5,7	5,9	40	234
Итого		30,09	6,3	6,3	71,9	371
Всего		295,59	61,1	74	298,5	2086

Зав. производством (шеф-повар)

 Алексеева Валентина Михайловна