

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
14 октября 2023 г.

**6-11 КЛАСС**



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КУКУРУЗА КОНС.	100	22,62	3	0,2	6,3	39
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	44,43	17,1	31,1	3,5	362
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,33	0,1	8,3	0,1	75
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	3,59	2,4	0,2	15,5	73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,72	1,3	0,2	8,6	41
Итого		84,76	24,1	40	49	651
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	100	17,08	1,6	5,1	9,4	90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	22,57	11,8	9,6	18,8	210
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	56,62	16,5	20	15,1	306
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,46	10,1	7,3	45,9	290
СОК	200	18,17	0,6	0,4	32,5	140
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	4,78	3,1	0,3	20,7	98
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,08	2	0,3	12,8	62
БАНАН	103	20,64	1,5	0,5	21,7	99
Итого		158,41	47,2	43,5	176,9	1295
<b>Полдник</b>						
БАТОН	50	5,26	4	0,5	24,6	119
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	20,07	5,5	4,8	9,1	102
Итого		25,32	9,5	5,3	33,7	221
Всего		268,49	80,8	88,8	259,6	2167

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна

Утверждаю

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

# МЕНЮ

14 октября 2023 г.

## 1-5 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КУКУРУЗА КОНС.	60	13,58	1,8	0,1	3,8	23
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,36	0,1	8,3	0,1	75
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	44,41	17,1	31,1	3,5	362
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,36	0,2		17,9	72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	3,59	2,4	0,2	15,5	73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,72	1,3	0,2	8,6	41
Итого		76,02	22,9	39,9	49,4	646
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	60	11,59	1,1	3	5,6	54
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	18,08	9,5	7,8	15,1	168
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	50,96	14,8	18	13,8	275
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,05	8,4	6,1	38,2	242
СОК	180	16,35	0,5	0,4	29,3	126
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	4,78	3,1	0,3	20,7	98
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,72	1,3	0,2	8,6	41
БАНАН	103	20,64	1,5	0,5	21,7	99
Итого		137,18	40,2	36,3	153	1103
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	20,07	5,5	4,8	9,1	102
БАТОН	70	7,36	5,6	0,7	34,4	167
Итого		27,43	11,1	5,5	43,5	269
Всего		240,63	74,2	81,7	245,9	2018

Зав. производством (шеф-повар)



Несвитова Галина Васильевна