



Утверждаю

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

МЕНЮ

16 ноября 2023 г.

6-11 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	101	28,82	1,6	13,1	5	145
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	250	59,27	24,6	30,2	4,7	388
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,08	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	4,74	3,1	0,3	20,5	97
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,04	2	0,3	12,7	61
ГРУША	100	27,03	0,4	0,3	10,3	47
Итого		125,97	31,9	44,2	68,2	799
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	95	12,18	1,1	5	9	86
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	33,46	7,9	18,6	16,4	265
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	100	45,41	15	4,5	8,8	135
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14,55	10,2	7,4	46	292
СОК	199	18,11	0,6	0,4	32,4	139
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	4,74	3,1	0,3	20,5	97
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,69	1,3	0,2	8,4	41
Итого		131,15	39,2	36,4	141,5	1055
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	188	20,98	5,7	1,9	9,2	77
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	75	33,75				
Итого		54,73	5,7	1,9	9,2	77
Всего		311,85	76,8	82,5	218,9	1931

Зав. производством (шеф-повар)

Алексеева Валентина Михайловна

Утверждаю

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



МЕНЮ

16 ноября 2023 г.

1-5 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	61	17,29	1	7,9	3	87
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200/10	43,74	17,1	22,7	3,6	286
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,08	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	3,55	2,3	0,2	15,4	73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,69	1,3	0,2	8,4	41
ГРУША	100	27,03	0,4	0,3	10,3	47
Итого		96,38	22,3	31,3	55,7	595
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	60	7,32	0,7	3,1	5,7	54
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	27,31	6,5	15	13,2	215
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	90	40,84	13,5	4	7,9	121
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,14	3,6	4,6	37,7	206
СОК	179	16,30	0,5	0,4	29,2	125
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	3,55	2,3	0,2	15,4	73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,69	1,3	0,2	8,4	41
Итого		110,15	28,4	27,5	117,5	835
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	188	20,98	5,7	1,9	9,2	77
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	75	33,75				
Итого		54,73	5,7	1,9	9,2	77
Всего		261,26	56,4	60,7	182,4	1507

Зав. производством (шеф-повар)

Алексеева Валентина Михайловна