



Утверждаю

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

# МЕНЮ

17 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>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/35	103,31	35,9	47,6	50,8	781
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,78	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,90	2,2	2,9	1,9	35
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,07	2	0,3	12,8	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	5,86	3,9	0,3	25,4	120
Итого		131,99	44,3	59,4	106	1133
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	250	24,36	9,8	8,8	20,2	201
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	10,65	1,9	7,9	9,7	118
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	100	42,21	19,7	22,9	8,2	320
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	19,54	4,5	7,2	19	161
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	15,26			14,6	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,69	3,1	0,3	20,3	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,71	1,3	0,2	8,5	41
КИВИ	100	39,82	2,5	0,5	68,9	291
Итого		159,24	42,8	47,8	169,4	1286
<b>Полдник</b>						
РЯЖЕНКА	175	45,91	5,1	4,4	7,3	95
ПЕЧЕНЬЕ	100	55,05				
Итого		100,96	5,1	4,4	7,3	95
Всего		392,19	92,2	111,6	282,7	2514

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
17 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>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200/30	93,86	32,7	43,2	48,8	720
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,79	0,1	8,3	0,1	75
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,69	3,1	0,3	20,3	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,06	2	0,3	12,8	61
Итого		114,47	38,1	52,1	97	1013
<b>Обед</b>						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	6,41	1,2	4,7	6	71
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	19,47	7,9	7,1	16,2	161
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	90	38,00	17,8	20,7	7,4	290
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	16,34	3,7	6	15,9	134
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	15,54			17,5	70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,69	3,1	0,3	20,3	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,71	1,3	0,2	8,5	41
КИВИ	100	39,83	2,5	0,5	68,9	291
Итого		142,98	37,5	39,5	160,7	1154
<b>Полдник</b>						
РЯЖЕНКА	175	45,91	5,1	4,4	7,3	95
ПЕЧЕНЬЕ	70	38,53				
Итого		84,44	5,1	4,4	7,3	95
Всего		341,90	80,7	96	265	2262

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна