

Утверждаю

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



МЕНЮ

24 ноября 2023 г.

6-11 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	105	13,69			4,2	19
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	250	33,18	13,4	14,4	61,7	416
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,52	2,3	0,2	15,2	72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,70	1,3	0,2	8,5	41
Итого		55,16	17,2	14,8	104,6	609
Обед						
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	100	17,04	1,6	5,1	9,4	89
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	23,07	11,8	9,9	18,8	212
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	56,65	16,7	20,5	16,3	316
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	21,84	3,8	5,8	25,6	169
СОК	201	18,29	0,6	0,4	32,8	141
БАНАН	103	20,69	1,6	0,5	21,7	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,70	3,1	0,3	20,3	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,04	2	0,3	12,7	61
Итого		166,31	41,2	42,8	157,6	1183
Полдник						
РЯЖЕНКА	177	46,58	5,1	4,4	7,5	96
РОЖОК ДЕТСКИЙ	100	19,00	3,6	2,1	36,6	141
Итого		65,58	8,7	6,5	44,1	237
Всего		287,05	67,1	64,1	306,3	2029

Зав. производством (шеф-повар)

Алексеева Валентина Михайловна

Утверждаю

Директор МБОУ Николаевская СШ
МБОУ Николаевская СШ
Муравьева Ольга Владимировна



МЕНЮ
24 ноября 2023 г.

1-5 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	63	8,21			2,5	11
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	200	26,48	10,7	11,5	49,4	333
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,36	0,2		17,9	72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,52	2,3	0,2	15,2	72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,70	1,3	0,2	8,5	41
Итого		43,28	14,5	11,9	93,5	529
Обед						
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	60	11,56	1,1	3	5,6	54
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	18,45	9,5	8	15,1	169
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	50,99	14,8	18,5	14,8	285
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	18,22	3,2	4,8	21,4	141
СОК	201	18,29	0,6	0,4	32,8	141
БАНАН	103	20,69	1,6	0,5	21,7	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,70	3,1	0,3	20,3	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,70	1,3	0,2	8,5	41
Итого		145,59	35,2	35,7	140,2	1026
Полдник						
ЙОГУРТ	188	54,13	9,4	6	16	163
РОЖОК ДЕТСКИЙ	100	19,00	3,6	2,1	36,6	141
Итого		73,13	13	8,1	52,6	304
Всего		262,00	62,7	55,7	286,3	1859

Зав. производством (шеф-повар)

Алексеева Валентина Михайловна