

Утверждаю

Директор МБОУ Николаевская СШ
МБОУ Николаевская СШ
Муравьева Ольга Владимировна




МЕНЮ

20 сентября 2023 г.

6-11 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/35	115,04	36,1	47,8	50	780
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,82	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,91	2,2	2,9	1,9	35
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	4,41	0,3		15,3	63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,76	3,8	0,3	24,9	118
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,09	2	0,3	12,8	62
Итого		146,01	44,5	59,6	105	1133
Обед						
САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	100	23,80	1,1	5,9	3,9	73
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	250	33,80	10	9	20,2	203
ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	100	51,68	16,1	16,7	14,9	275
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	19,65	4,5	7,2	19,1	162
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	15,27			14,6	58
ЯБЛОКО	97	21,13	0,3	0,3	8,4	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,60	3	0,2	19,9	94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,73	1,3	0,2	8,6	41
Итого		172,67	36,3	39,5	109,6	946
Всего		318,68	80,8	99,1	214,6	2079

Зав. производством (шеф-повар)



Несвитова Галина Васильевна



Утверждаю

Директор МБОУ Николаевская СШ
МБОУ Николаевская СШ
Муравьева Ольга Владимировна

МЕНЮ

20 сентября 2023 г.

1-5 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200/30	104,49	32,7	43,4	48	719
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,79	0,1	8,3	0,1	75
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	4,92	0,3		20,1	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,61	3	0,2	19,9	94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,09	2	0,3	12,8	62
Итого		127,90	38,1	52,2	100,9	1033
Обед						
САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	60	14,28	0,7	3,5	2,3	44
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	18,52	7,3	6,6	16,2	154
ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	90	46,39	14,4	15,2	13,4	247
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	16,44	3,8	6	16	135
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	15,57			17,5	70
ЯБЛОКО	100	21,78	0,4	0,4	8,6	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,60	3	0,2	19,9	94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,73	1,3	0,2	8,6	41
Итого		140,31	30,9	32,1	102,5	826
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ ДОМАШНЕЕ	72	39,39				
СОК	231	21,00	0,7	0,5	37,6	162
Итого		60,39	0,7	0,5	37,6	162
Всего		328,60	69,7	84,8	241	2021

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна