



Утверждаю

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

# МЕНЮ

22 сентября 2023 г.

## 1-5 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	18,24	5,9	3,2	21,6	138
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,89	2,2	2,9	1,9	35
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,36	0,2		17,9	72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,63	3	0,2	20	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	4,19	2,1	0,3	13,1	63
Итого		36,31	13,4	6,6	74,5	403
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	20,46	0,4	6,1	1,5	62
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	30,91	8,7	8,1	14,3	166
КОТЛЕТА ОСОБАЯ	90	44,02	14,1	26	10,2	330
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,97	3,5	4,5	37,2	203
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	8,06	0,7	0,3	26,9	125
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	21,78	0,4	0,4	8,6	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,47	2,3	0,2	15	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	2,79	1,4	0,2	8,8	42
Итого		142,47	31,5	45,8	122,5	1040
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	185	53,27	9,2	5,9	15,7	161
РОЖОК ДЕТСКИЙ	100	19,00	3,5	2	35,5	137
Итого		72,27	12,7	7,9	51,2	298
Всего		251,05	57,6	60,3	248,2	1741

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна



Утверждаю

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

# МЕНЮ

22 сентября 2023 г.

## 6-11 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	18,21	5,9	3,2	21,6	138
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,40	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	10,35	3,4	4,3	2,9	53
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2		15	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5,78	3,8	0,3	25	118
ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	4,18	2,1	0,3	13,1	63
Итого		50,00	15,5	16,4	77,7	508
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	34,11	0,7	10,1	2,5	103
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	38,65	10,8	10,2	17,7	207
КОТЛЕТА ОСОБАЯ	100	48,90	15,8	28,7	11,4	367
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	13,17	4,3	5,4	44,7	244
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	7,77	0,7	0,3	24	113
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	21,78	0,4	0,4	8,6	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,62	3	0,2	20	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	2,79	1,4	0,2	8,8	42
Итого		171,79	37,1	55,5	137,7	1212
Всего		221,79	52,6	71,9	215,4	1720

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна