

Утверждаю

Директор школы
МБОУ "Николаевская СШ"
Муравьева Ольга Владимировна



МЕНЮ
16 ноября 2020 г.

6-11 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	250	17,40	10,1	13,4	37,8	313
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	7,84	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	12,02	4,6	5,9	4	73
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,14	1,5	0,1	10	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,00	1,3	0,2	8,5	41
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,47	2,1		3,1	21
Итого		40,87	19,7	27,9	63,5	570
Обед						
САЛАТ ВЕСНА	100	19,87	1,8	5,6	3,1	70
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	12,11	9,2	10,6	22	222
РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	100/50	43,32	20,7	5,8	5,1	153
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,44	4,3	5,5	45,1	247
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	11,86	3,6	0,1	8,4	51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,28	3,1	0,2	20,1	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,00	1,3	0,2	8,5	41
Итого		98,88	44	28	112,3	879
Полдник						
КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	75	23,03				
РЯЖЕНКА	200	42,55	5,8	5	8,4	108
Итого		65,57	5,8	5	8,4	108
Всего		205,32	69,5	60,9	184,2	1557

Медицинская сестра _____

Зав. производством (шеф-повар) _____

Алексеева Валентина Михайловна