

Утверждаю

Директор школы  
МОУ Никольская ОШ  
\_\_\_\_\_ /Ковшова Е.В./

## МЕНЮ

11 января 2023 г.

### Школа

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	9,00	4,9	4,5	0,3	61
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	205	21,03	7,4	7,7	21,3	185
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	1,43	0,2		10	41
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	9,92	2,3	6,7	15,5	131
СЫРКИ ТВОРОЖНЫЕ ДЕТСКИЕ 23% ЖИРНОСТИ	40	21,00	3,5	8,9	7,2	124
МАНДАРИН	91	16,54	0,7	0,2	6,8	34
Итого		78,92	19	28	61,1	576
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	16,64	4,4	6	8,5	107
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	29,84	8,3	19,6	29,1	324
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	1,42	0,2		10	41
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,33	3,3	0,4	21,2	102
ВАФЛИ	21	10,40	0,6	0,7	16,2	74
КОНФЕТЫ МОЛОЧНЫЕ	28	13,31	0,8		22,3	92
Итого		74,94	17,6	26,7	107,3	740
Всего		153,87	36,6	54,7	168,4	1316

Медицинская сестра \_\_\_\_\_