

Утверждаю

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

## МЕНЮ

17 января 2023 г.

### Школа

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ	205	19,48	6,3	7,1	20,7	171
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	1,40	0,2		10	41
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	9,59	2	6,6	14	123
ЙОГУРТ	97	35,00	1,9	1,5	2,9	47
ВАФЛИ	21	9,10	0,6	0,7	16,2	74
Итого		74,57	11	15,9	63,8	456
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБНЫЙ	250	10,89	3,5	4,5	19,4	132
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	9,00	5,1	4,6	0,3	63
РЫБА ЖАРЕНАЯ	50	17,32	8,6	7,7	1,6	110
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,94	6,9	5,9	39,3	239
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	1,40	0,2		10	41
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,33	3,3	0,4	21,2	102
ЯБЛОКО	141	16,32	0,6	0,6	13,8	66
ПЕЧЕНЬЕ	21	7,60	1,6	2,1	15,9	89
Итого		74,80	29,8	25,8	121,5	842
Всего		149,37	40,8	41,7	185,3	1298

Медицинская сестра \_\_\_\_\_