

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 января 2023 г.

Школа

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ	205	18,81	7,1	7,5	24,5	194
ЙОГУРТ	182	25,20	3,6	2,7	5,5	87
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	8,65	2	5,8	13,9	116
МАНДАРИН	48	14,84	0,4	0,1	3,6	18
ВАФЛИ	22	7,99	0,6	0,7	17	78
Итого		75,48	13,7	16,8	64,5	493
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	21	3,60	0,2		0,5	3
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	29,75	6,1	9,8	12	162
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	15,78	4,4	9,9	4,4	123
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	11,88	2,9	3,2	20,1	120
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	1,31	0,1		10	40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,33	3,3	0,4	21,2	102
ПЕЧЕНЬЕ	31	10,42	2,3	3	23,1	129
Итого		76,07	19,3	26,3	91,3	679
Всего		151,55	33	43,1	155,8	1172

Медицинская сестра _____