

Утверждаю

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

## МЕНЮ

24 января 2023 г.

### Школа

| Наименование блюда                             | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|--|--------|---------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|  |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| <b>Завтрак</b>                                 |        |               |                   |         |             |                                     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                 | 9      | 6,75          | 2,1               | 2,7     |             | 33                                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                    | 150    | 6,78          | 5,3               | 4,6     | 30          | 183                                 |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 180/10 | 1,53          | 0,2               |         | 10,1        | 41                                  |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                            | 35     | 9,92          | 2,3               | 6,7     | 15,5        | 131                                 |
| ЙОГУРТ   | 97     | 35,00         | 1,9               | 1,5     | 2,9         | 47                                  |
| ГРУША  | 83     | 15,00         | 0,3               | 0,3     | 8,6         | 39                                  |
| Итого  |        | 74,98         | 12,1              | 15,8    | 67,1        | 474                                 |
| <b>Обед</b>                                    |        |               |                   |         |             |                                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ                    | 250    | 14,68         | 7,4               | 4,5     | 18,9        | 147                                 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                | 180    | 33,67         | 11                | 11,7    | 25,8        | 256                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50     | 3,33          | 3,3               | 0,4     | 21,2        | 102                                 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                        | 200    | 7,57          | 0,1               | 0,1     | 26,8        | 110                                 |
| КОНФЕТЫ МОЛОЧНЫЕ                               | 15     | 16,00         | 0,4               |         | 11,9        | 50                                  |
| Итого  |        | 75,26         | 22,2              | 16,7    | 104,6       | 665                                 |
| Всего  |        | 150,24        | 34,3              | 32,5    | 171,7       | 1139                                |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_