



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУООШ №14
Машбашев Н.М.
От 12 сентября 2023 г.

МЕНЮ
На 12 сентября 2023 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,20	6,44
Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным	110	16,22	5,34	13,88	173,91	29,54
Каша пшеничная вязкая со слив. маслом	155	4,00	4,24	24,56	152,41	5,29
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	8,50
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,24
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,32
Печенье топленое молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	3,62
ЗАВТРАК	590,00	25,13	16,67	97,06	642,14	55,95
ИТОГО	590,00	25,13	16,67	97,06	642,14	55,95

Повар *Биз*

Бурлуцкая К.В.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ ООШ №14
Машбашев Н.М.
От 12 сентября 2023 г.

МЕНЮ
На 12 сентября 2023 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из свежих помидор	100	1,10	0,20	3,80	22,00	10,73
Котлеты рублен. из птицы с соусом смет	120	17,69	5,82	15,14	189,72	32,22
Каша пшеничная вязкая со слив. маслом	186	4,81	5,10	29,50	183,06	6,35
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	8,50
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,24
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	1,65
Печенье топленое молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	6,32
ЗАВТРАК	676,00	28,10	18,15	107,03	706,90	67,01
ИТОГО	676,00	28,10	18,15	107,03	706,90	67,01
Нарезка из свежего огурца	100	0,70	0,10	1,90	12,00	10,73
Щи из свежей капусты с картоф., со сметаной	260	2,06	5,95	8,06	101	9,36
Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221,00	66,13
Каша гречневая рассып. со слив. маслом	186,48	10,31	7,31	46,37	292,52	12,99
Сок яблочный промышл.	200	1,00	0,00	20,20	84,80	8,67
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,20	0,36	24,00	96,04	2,32
Хлеб ржаной	30	1,50	0,33	13,50	57,00	1,86
ОБЕД	916,48	32,15	30,84	116,92	864,36	112,06
ИТОГО	1592,48	60,25	48,99	223,95	1571,26	179,07

Повар *Бурл*

Бурлущая К.В.