



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУООШ №14
Машбашев Н.М.
От 16 мая 2023 г.

МЕНЮ
На 16 мая 2023 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------------------------|--------------|
| Нарезка из соленых помидор | 60 | 0,67 | 0,06 | 2,10 | 12,00 | 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 | 25,14 | 16,61 | 69,88 | 640,94 | 55,95 |
| ИТОГО | 590 | 25,14 | 16,61 | 69,88 | 640,94 | 55,95 |

Повар *Б.А.*

Бурлуцкая К.В.

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ ООШ №14
 Машбашев Н.М.
 От 16 мая 2023 г.



МЕНЮ
 На 16 мая 2023 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
|---|----------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|
| Нарезка из соленых помидор | 100 | 1,12 | 0,10 | 3,50 | 20,00 | 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 | 28,12 | 18,05 | 106,73 | 704,90 | 67,01 |
| ИТОГО | 676 | 28,12 | 18,05 | 106,73 | 704,90 | 67,01 |
| Нарезка из соленого огурца | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,00 | 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 | 32,25 | 30,84 | 116,72 | 862,36 | 112,06 |
| ИТОГО | 1592,48 | 60,37 | 48,89 | 223,45 | 1567,26 | 179,07 |

Повар *Б.А.*

Бурлуцкая К.В.