



Утверждаю:
Директор МБОУ ООШ №14
Машбашев Н.М.
От 18 октября 2023 г

МЕНЮ
На 18 октября 2023 г
Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена
Нарезка из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,20	4,80
Мясо тушеное (говядина)	90	13,68	15,64	2,30	202,50	69,00
Каша ячневая вязкая со сливочным маслом	155	3,35	3,63	22,00	132,39	5,01
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	8,43
Хлеб пшеничный йодирован.	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,24
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,32
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	9,00
ЗАВТРАК	585,00	21,31	21,14	95,48	644,13	98,80
ИТОГО	585,00	21,31	21,14	95,48	644,13	98,80

Повар

К.В.Бурлуцкая



Утверждаю:
Директор МБОУ ООШ №14
с. Новуральского
Манбашев Н.М.
От 18 октября 2023 г

МЕНЮ
На 18 октября 2023 г
Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена
Нарезка из свежих помидор	100	1,10	0,20	3,80	22,00	8,00
Мясо тушеное (говядина)	100	15,20	17,38	2,56	225,00	76,60
Каша ячневая вязкая со сливочным маслом	186,00	4,02	4,36	26,40	158,89	6,01
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	8,43
Хлеб пшеничный йодирован.	30	1,65	0,27	18,00	72,03	1,86
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	1,65
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	9,00
ЗАВТРАК	681,00	24,74	23,84	109,91	735,44	111,55
ИТОГО	681,00	24,74	23,84	109,91	735,44	111,55
Нарезка из свежего огурца	100	0,70	0,10	1,90	12,00	6,00
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,45	118,25	5,26
Шницель рыбный натуральный	105	13,21	14,64	8,72	219,54	42,27
Картофельное пюре со сливочным маслом	189	3,60	0,72	28,44	134,64	16,33
Хлеб пшеничный йодирован.	30	1,65	0,27	18,00	72,03	1,86
Хлеб ржаной	30	1,50	0,33	13,50	57,00	1,98
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	4,00
Яблоко свежее	150	0,48	0,48	11,76	56,40	9,00
ОБЕД	1054,00	24,49	19,47	131,78	802,66	86,70
ИТОГО	1735,00	49,23	43,31	241,69	1538,10	198,25

Повар

К.В.Бурлуцкая