



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУООШ №14
Машбашев Н.М.
От 13 марта 2023 г.

МЕНЮ
На 13 марта 2023 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Масло сливочное	10	0,08	7,26	0,14	66,00	6,39
Сыр Российский	10	2,32	2,95	0,00	36,00	13,76
Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56,60	9,70
Каша жид. молочная манная со слив. маслом	165	3,98	4,28	18,98	130,73	23,05
Кофейный напиток с молок.	200	1,32	1,35	15,90	81,00	8,21
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,65	2,10	18,00	72,00	1,86
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	9,45
ЗАВТРАК	605,00	14,75	22,54	68,02	512,83	72,42
ИТОГО	605,00	14,75	22,54	68,02	512,83	72,42

Повар *Бу*

Бурлуцкая К.В.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ ООШ №14
Машбашев Н.М.
От 13 марта 2023 г.

МЕНЮ
На 13 марта 2023 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Масло сливочное	10	0,08	7,26	0,14	66,00	6,39
Сыр Российский	20	4,64	5,90	0,00	72,00	27,52
Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56,60	9,70
Каша жид. молочная манная со слив. маслом	220	5,31	5,71	25,31	174,31	30,73
Кофейный напиток с молок.	200	1,32	1,35	15,90	81,00	8,21
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,20	0,36	24,00	96,04	2,48
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	9,45
ЗАВТРАК	680,00	18,95	25,17	80,34	616,45	94,48
ИТОГО	680,00	18,95	25,17	80,34	616,45	94,48
Икра кабачковая промышленная	100	0,00	7,00	7,00	90,00	13,17
Суп из овощей со сметан.	260	1,72	5,99	9,32	106,50	15,48
Суфле из кур или бройлеров-цыплят с маслом сливочным	110	15,62	23,50	2,88	286,00	55,52
Макарон. изделия отварные	189	6,48	5,88	39,36	236,16	9,99
Компот из свеж. ябл.	200	0,16	0,16	27,88	114,60	4,50
Хлеб пшенич. йодир.	30	1,65	0,27	18,00	72,03	1,86
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,32
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	9,75
ОБЕД	1059,00	27,23	43,62	128,14	1013,79	111,59
ИТОГО	1739,00	46,18	68,79	208,48	1630,24	206,07

Повар *Буц*

Бурлуцкая К.В.