



Утверждаю:
 Директор МБОУ ООШ №14
 Машбашев Н.М.
 От 7 марта 2024 г

МЕНЮ
 На 7 марта 2024 г
 Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена
Кукуруза отварная	60	1,20	0,20	6,10	31,30	11,46
Рыба запеченная под молочным соусом	90	7,03	10,44	8,70	156,60	48,36
Картофельное пюре со слив. маслом	157,50	3,08	2,33	19,13	109,73	13,18
Чай с лимоном	207	0,11	0,00	13,96	56,23	7,39
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
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	11,70
ЗАВТРАК	704,50	14,12	13,97	83,59	510,38	94,65
Икра кабачковая промышленная	60	0,00	4,20	4,20	54,00	8,38
Борщ с картофелем со сметаной	210	1,75	5,01	10,92	104,85	11,68
Шницель натуральный рубленный с соусом сметанным с томатом	130	13,62	16,28	14,89	263,25	65,77
Макаронные изделия отварные со слив. маслом	157,50	5,40	4,90	32,80	196,80	8,08
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	4,34
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
ОБЕД	797,50	23,53	30,88	115,82	837,72	100,81
ИТОГО	1502,0	37,65	44,85	199,41	1348,10	195,46

Повар

Бурлуцкая К.В.Бурлуцкая



Утверждаю:
 Директор МБОУ ООШ №14
 Машбашев Н.М.
 От 7 марта 2024 г

МЕНЮ
 На 7 марта 2024 г
 Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена
Кукуруза отварная	100	2,00	0,33	10,17	52,17	19,10
Рыба запеченная под молочным соусом	100	7,81	11,60	9,67	174,00	53,73
Картофельное пюре со слив. маслом	189	3,70	2,80	22,96	131,68	15,82
Чай с лимоном	207	0,11	0,00	13,96	56,23	7,39
Хлеб пшеничный йодирован.	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	11,70
ЗАВТРАК	796,00	16,87	15,82	98,46	594,61	110,92
Икра кабачковая промышленная	100	0,00	7,00	7,00	90,00	13,96
Борщ с картофелем со сметаной	260	2,16	6,02	13,61	128,25	14,46
Шницель натуральный рубленый с соусом сметанным с томатом	130	13,62	16,28	14,89	263,25	65,77
Макаронные изделия отварные со слив. маслом	189	6,48	5,88	39,36	236,16	9,70
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	4,34
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,65	0,27	18,00	72,03	1,86
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,32
ОБЕД	929,00	25,57	35,76	133,87	960,49	111,41
ИТОГО	1725,00	42,44	51,58	232,33	1555,10	222,33

Повар

 К.В.Бурлуцкая