

УТВЕРЖДЕНО
 Директор МБОУ СОШ № 1
 имени героя Советского Союза
 А.С. Александрова
 г. Николаевска - на - Амуре
 Хабаровского края

О.А. Шалупенко
 2022 г.

« 24 » октября
 Ежедневное меню с 12 и старше

Наименование блюд	ккал	Выход блюд	Цена
Завтрак			
Макароны отвар с сыром	326,04	200/20	52 ²⁵
Чай	99,4	40	3 ²⁴
Чай сладкий	58	200	4 ⁶⁴
Обед			
Салат:			
Салат из свеклы	223	100	20 ⁸¹
Первое блюдо:			
Щи с мясом и сметаной	194,04	200/40/20	85 ⁵⁴
Второе блюдо:			
Котлета рубленая	193	100	121 ⁶⁶
Соус томатный	23,66	50	6 ⁵⁹
Гарниры:			
Картофельное пюре	344,66	200	54 ⁸⁶
Напитки:			
Компот с с/ор	90	200	12
Выпечка:			
Чай	188,8	80	6 ⁵⁴

Шеф - повар

С/п -

/Сербинович С.В

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СОШ № 1
имени героя Советского Союза
А.С. Александрова
г. Николаевска - на - Амуре
Хабаровского края

О.А. Шалушенко

« 21 » октября 2022 г.

Ежедневное меню с 7 до 11 лет

Наименование блюд	ккал	клетчатка блюд	наим
Завтрак			
Макаронн. отварные с сир.	316,4	100/100	16
хлеб	94,4	4,0	8,88
Чаш. сладкий	54	240	4,51
Обед			
Салат:			
салат из свеклы	134	60	12,82
Первое блюдо:			
Щи с свеклой и сметаной	145,3	210/100	21
Второе блюдо:			
Котлета рубная	162	80	35,19
соус томатный	14,20	30	8,92
Гарниры:			
картофельное пюре	221	100	28,20
Напитки:			
компот с сир.	90	200	12
Выпечка:			
хлеб	114	50	4,09

Шед - повар

с/ф

10.08.2022 С.В.