

УТВЕРЖДЕНО

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

О.А. Шалупенко

в 24 октября 2022 г.

Ежедневное меню с 7 до 11 лет

| Наименование блюд            | ккал   | Выход<br>блюда | Цена             |
|------------------------------|--------|----------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>               |        |                |                  |
| Каша молочная из риса        | 117,17 | 200            | 30 <sup>31</sup> |
| Чай                          | 94,4   | 40             | 3 <sup>27</sup>  |
| Чай с лимоном                | 60     | 200            | 8 <sup>76</sup>  |
| Сыр (порциями)               | 72     | 20             |                  |
| <b>Обед</b>                  |        |                |                  |
| Салат:                       |        |                |                  |
| Салат из свеклы с огур. сол. | 95     | 60             | 19 <sup>73</sup> |
| Первое блюдо:                |        |                |                  |
| Суп картофельный с грибами   | 154    | 200/35         | 62 <sup>20</sup> |
| Второе блюдо:                |        |                |                  |
| Гарниры:                     |        |                |                  |
| Рис                          | 316    | 200            | 77 <sup>02</sup> |
| Напитки:                     |        |                |                  |
| сок фруктовый                | 90     | 200            | 19               |
| Выпечка:                     |        |                |                  |
| Хлеб                         | 118    | 50             | 4 <sup>09</sup>  |

Шеф - повар

С/П Сербинович С.В.

УТВЕРЖДЕНО

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

О.А. Шалупенко

в 24 октября 2022 г.

Ежедневное меню с 12 и старше

| Наименование блюд            | ккал   | Выход<br>блюда | Цена             |
|------------------------------|--------|----------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>               |        |                |                  |
| Каша молочная из риса        | 117,17 | 200            | 30 <sup>31</sup> |
| Чай                          | 94,4   | 40             | 3 <sup>27</sup>  |
| Чай с лимоном                | 60     | 200            | 8 <sup>76</sup>  |
| Сыр (порциями)               | 72     | 20             |                  |
| <b>Обед</b>                  |        |                |                  |
| Салат:                       |        |                |                  |
| Салат из свеклы с огур. сол. | 136,3  | 200            | 31               |
| Первое блюдо:                |        |                |                  |
| Суп картофельный с грибами   | 154    | 200/35         | 78 <sup>50</sup> |
| Второе блюдо:                |        |                |                  |
| Гарниры:                     |        |                |                  |
| Рис                          | 481    | 230            | 88 <sup>74</sup> |
| Напитки:                     |        |                |                  |
| сок фруктовый                | 90     | 200            | 19               |
| Выпечка:                     |        |                |                  |
| Хлеб                         | 118    | 50             | 6 <sup>39</sup>  |

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   | Минер<br>блюда | Минер |
|------------------------|--------|----------------|-------|
| <b>Завтрак</b>         |        |                |       |
| Макарон с вареным аспр | 326/41 | 100/100        | 10/10 |
| хлеб                   | 94,4   | 40             | 8/8   |
| Чай сладкий            | 54     | 100            | 4/4   |
| <b>Обед</b>            |        |                |       |
| Салат:                 |        |                |       |
| салат из свеклы        | 134    | 60             | 10/10 |
| Первое блюдо:          |        |                |       |
| Щи с мясом и сметаной  | 145/13 | 20/100         | 10/10 |
| Второе блюдо:          |        |                |       |
| котлета рубленая       | 162    | 30             | 95/10 |
| соус томатный          | 1420   | 30             | 8/50  |
| Гарниры:               |        |                |       |
| картофельное пюре      | 221    | 100            | 10/10 |
| Напитки:               |        |                |       |
| компот с с/ф           | 90     | 100            | 10    |
| Выпечка:               |        |                |       |
| хлеб                   | 114    | 50             | 4/09  |

Шеф-повар

С/П

Исходники С.В.