

УТВЕРЖДЕНО

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

« 15 » сентября 2023 г. О.А. Шапченко

Ежедневное меню с 7 до 11 лет

Наименование блюда		ккал	Выход блюд	Цена
Завтрак				
Кашиа вареная с маслом и сахаром	пшеница	247,61	190/10	35,09
яйца		94,4	40	3,12
сир (норвичский)		72	20	14,38
яйца вареные		63	40	20,25
корейский салат с мор. капустой		112	200	18,53
Обед				
Салат:				
Овощи нарезанные соевыми		45	10	10,99
Первое блюдо:				
Суп картофель с овощами и грибами	шпинат	51,58	200/30	58,34
Второе блюдо:				
Гарниры:				
Яйца с водичкой		469,33	200	14,54
Напитки:				
Сок апельсиновый		84,8	200	2,1
Выпечка:				
Яйца		140,28	10	4,64

УТВЕРЖДЕНО

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

« 15 » сентября 2023 г. О.А. Шапченко

Ежедневное меню с 12 и старше

Наименование блюда		ккал	Выход блюд	Цена
Завтрак				
Кашиа вареная с маслом и сахаром	пшеница	247,61	200/10	40,44
яйца		140,28	10	4,64
сир (норвичский)		72	20	14,38
яйца вареные		63	40	20,25
корейский салат с мор. капустой		112	200	18,53
Обед				
Салат:				
Овощи нарезанные соевыми		45	100	35,72
Первое блюдо:				
Суп картофельный с овощами и грибами	шпинат	44,17	250/10	46,56
Второе блюдо:				
Гарниры:				
Яйца с водичкой		469,33	200	14,54
Напитки:				
Сок апельсиновый		84,8	200	2,1
Выпечка:				
Яйца		140,28	10	4,64

Шеф - повар

О.А. Шапченко