

Согласовано

по Директору МБОУ "Нижнегорская

**МЕНЮ**

на " 28 " сентября  
по МБОУ "Нижнегорская" школе

2021 год

*С.И. Сидорова*

1/2

**ЗАВТРАК 1-4 классы**

| № п/п                                 | Наименование блюд             | Выход одной порции, г | Б     | Ж     | У      | Энерг. ценность (ккал) |
|---------------------------------------|-------------------------------|-----------------------|-------|-------|--------|------------------------|
| 1                                     | Каша вязкая молочная пшенная  | 210                   | 8,56  | 3,81  | 54,17  | 286                    |
| 2                                     | Бутерброд с маслом и повидлом | 55                    | 2,44  | 7,50  | 27,9   | 189                    |
| 3                                     | Чай с сахаром                 | 180/10                | 0,06  | 0,02  | 9,99   | 40                     |
| 5                                     | Хлеб ржано-пшеничный          | 20                    | 1,12  | 0,22  | 9,88   | 45,98                  |
| ИТОГО:                                |                               |                       | 12,18 | 11,55 | 101,94 | 560,98                 |
| ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 60 рублей 13 копеек |                               |                       |       |       |        |                        |

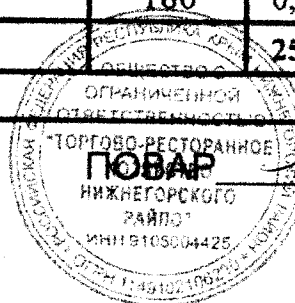
**ЗАВТРАК льготная категория 5-11 классы**

| № п/п                                 | Наименование блюд            | Выход одной порции, гр | Б     | Ж     | У     | Энерг. ценность (ккал) |
|---------------------------------------|------------------------------|------------------------|-------|-------|-------|------------------------|
| 1                                     | Каша вязкая молочная пшенная | 210                    | 8,56  | 3,81  | 54,17 | 286                    |
| 2                                     | Бутерброд с маслом           | 40                     | 2,36  | 7,49  | 14,89 | 136                    |
| 3                                     | Чай с сахаром                | 180/10                 | 0,06  | 0,02  | 9,99  | 40                     |
| 4                                     | Хлеб ржано-пшеничный         | 20                     | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98                  |
| ИТОГО:                                |                              |                        | 12,10 | 11,54 | 88,93 | 507,98                 |
| ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 36 рублей 00 копеек |                              |                        |       |       |       |                        |

**ОБЕД 1-11 классы**

| № п/п                              | Наименование блюд                 | Выход одной порции, гр | Б     | Ж     | У      | Энерг. ценность (ккал) |
|------------------------------------|-----------------------------------|------------------------|-------|-------|--------|------------------------|
| 1                                  | Салат из белокачанной капусты     | 60                     | 0,786 | 1,95  | 3,89   | 36,24                  |
| 2                                  | Суп картофельный с рисовой крупой | 250                    | 1,98  | 2,71  | 12,11  | 85,8                   |
| 3                                  | Макаронные изделия отварные       | 180                    | 6,8   | 0,8   | 38,31  | 187,5                  |
| 4                                  | Фрикадельки мясные с соусом       | 100                    | 11,96 | 12,43 | 11,71  | 206                    |
| 4                                  | Хлеб пшеничный                    | 30                     | 2,37  | 0,3   | 14,49  | 70,14                  |
| 5                                  | Хлеб ржано-пшеничный              | 20                     | 1,12  | 0,22  | 9,88   | 45,98                  |
| 6                                  | Компот из яблок                   | 180                    | 0,144 | 0,144 | 25,1   | 103,14                 |
| ИТОГО:                             |                                   |                        | 25,16 | 18,55 | 115,49 | 734,80                 |
| ЦЕНА ЗА ОБЕД : 67 рублей 50 копеек |                                   |                        |       |       |        |                        |

Мед. работник *И*



*Хорошо*