

Утверждаю



директор
МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье
/Г.В. Румянцева/

МЕНЮ
03 марта 2025 г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ кура потрош. 1 катег., картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	259	250	67,40	14	17	29	233
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ капуста белокочанная, морковь, сахар песок, лимонная кислота, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	45	70	9,00	1	1	7	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	431	185/15/7	3,60	0	0	15	62
Итого		587	83,00	19	19	76	470
Обед							
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая, петрушка (зелень)	90	230	14,20	7	10	19	180
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ говядина б/к, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь, лук репчатый, сахар песок	139	250	44,80	8	11	31	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,50	0	0	15	60
БУЛОЧКА "К ЧАЮ" мука пшенич.высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные, дрожжи, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая	442	100	18,50	8	5	18	164
Итого		840	83,00	27	27	108	706
Всего		1427	166,00	46	46	184	1176

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.

Утверждаю



директор
МБОУ СОШ № 1 г. Пошехонье
/Г.В. Румянцева/

МЕНЮ
03 марта 2025 г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ кура потрош.1 катег., картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	259	200	59,40	13	17	21	198
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ капуста белокочанная, морковь, сахар песок, лимонная кислота, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	45	70	9,00	1	1	7	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ Сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	440	200	11,60	1	0	23	97
Итого		530	83,00	19	19	76	470
Обед							
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая, петрушка (зелень)	90	200	13,10	5	8	15	144
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ говядина б/к, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, сахар песок, томатная паста	139	180	42,50	8	11	17	162
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
КИСЕЛЬ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	411	200	5,90	0	0	25	113
БУЛОЧКА "К ЧАЮ" мука пшенич.высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные, дрожжи, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая	442	100	18,50	8	5	18	164
Итого		740	83,00	25	25	100	705
Всего		1270	166,00	44	44	176	1175

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.