

Утверждаю

директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/



**МЕНЮ**  
**04 февраля 2025 г**

**ШКОЛЬНОЕ 5-11**

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная	171	220	18,00	6	7	3	97
БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С ПОДЛИВОЙ Говядина б/к, лук репчатый, чеснок, мука пшенич.высш.сорт, томатная паста, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог.микронутриентами, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое	283	100	55,20	11	13	15	167
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая	388	200	6,80	0	0	41	84
<b>Итого</b>		<b>580</b>	<b>83,00</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>84</b>	<b>470</b>
<b>Обед</b>							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ говядина б/к, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая, петрушка (зелень)	104	230	24,20	5	7	13	210
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная,масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	202	220	12,40	6	6	9	130
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ Говяжья печень, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый	255	100	40,90	10	11	38	186
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
<b>Итого</b>		<b>810</b>	<b>83,00</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>708</b>
<b>Всего</b>		<b>1390</b>	<b>166,00</b>	<b>46</b>	<b>46</b>	<b>184</b>	<b>1178</b>

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.

Утверждаю



директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/

**МЕНЮ**

**04 февраля 2025 г.**

**ШКОЛЬНОЕ 1-4**

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная	171	200	16,80	4	6	2	92
<b>БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С ПОДЛИВОЙ</b> Говядина б/к, лук репчатый, чеснок, мука пшенич.высш.сорт, томатная паста, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог.микронутриентами, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	283	90	51,60	7	9	14	159
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
<b>НАПИТОК ИЗ КУРАГИ</b> Сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	440	200	11,60	1	0	23	97
<b>Итого</b>		550	83,00	16	16	64	470
<b>Обед</b>							
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ</b> говядина б/к, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая, петрушка (зелень)	104	200	21,80	5	8	12	180
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ</b> макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	202	200	11,60	6	6	14	112
<b>ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ</b> Говяжья печень, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый	255	90	37,60	9	10	17	180
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ</b> сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	402	200	9,00	1	0	32	111
<b>Итого</b>		750	83,00	25	25	100	705
<b>Всего</b>		1300	166,00	41	41	164	1175

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.