

Утверждаю

директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

Г.В. Румянцева/



МЕНЮ

09 декабря 2024 г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	417	250	18,40	5	8,8	17	162
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное нессленное	3	60	19,60	8	7	19	110
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	402	200	9,00	1	0	32	111
ЙОГУРТ Йогурт 3,2% жирности сладкий		95	32,00	5	3,2	8	87
Итого		605	79,00	19	19	76	470
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ говядина б/к, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, лавровый лист, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень)	92	250	21,20	6	7	28	138
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	250	16,90	5	8	21	145
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ рыба минтай филе, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами, лук репчатый	227	100	35,40	13	12	23	205
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
Итого		860	79,00	28	28	112	670
Всего		1465	158,00	47	47	188	1140

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
09 декабря 2024 г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	417	200	15,90	2	5,8	27	177
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое	3	60	19,60	8	7	19	110
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	433	200	11,50	4	3	22	96
ЙОГУРТ Йогурт 3,2% жирности сладкий		95	32,00	5	3,2	8	87
Итого		555	79,00	19	19	76	470
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ говядина б/к, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень)	92	200	19,80	6	6	8	134
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное	128	200	15,80	4	8	11	155
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ рыба минтай филе, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами, лук репчатый	227	90	33,60	13	12	23	205
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
Итого		750	79,00	27	27	108	700
Всего		1305	158,00	46	46	184	1170

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.