

Утверждаю

директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/

## МЕНЮ

10 декабря 2024г.

## ШКОЛЬНОЕ 1-4



| Наименование блюда  | № рец. | Выход | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|   |        |       |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>  |        |       |            |                   |         |             |                               |
| <b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ</b><br>макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая   | 202    | 180   | 10,20      | 4                 | 4       | 7           | 96                            |
| <b>БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С ПОДЛИВОЙ</b><br>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    | 47,60      | 7                 | 9       | 14          | 159                           |
| <b>БУЛОЧКА "К ЧАЮ"</b><br>мука пшенич.высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные, дрожжи, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная. вода питьевая  | 442    | 90    | 12,20      | 5                 | 4       | 15          | 104                           |
| <b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b><br>сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая  | 402    | 200   | 9,00       | 1                 | 0       | 32          | 111                           |
| <b>Итого</b>  |        | 560   | 79,00      | 17                | 17      | 68          | 470                           |
| <b>Обед</b>   |        |       |            |                   |         |             |                               |
| <b>СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ</b><br>Рыбные консер. в масле сайра бланшир., картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая                                  | 87     | 200   | 15,40      | 6                 | 7       | 18          | 195                           |
| <b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b><br>масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная   | 171    | 200   | 16,80      | 5                 | 7       | 8           | 108                           |
| <b>ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ</b><br>Говяжья печень, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый  | 255    | 90    | 34,80      | 9                 | 10      | 17          | 180                           |
| <b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b><br>хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами   |        | 60    | 3,00       | 4                 | 1       | 25          | 122                           |
| <b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b><br>сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая  | 402    | 200   | 9,00       | 1                 | 0       | 32          | 111                           |
| <b>Итого</b>  |        | 750   | 79,00      | 25                | 25      | 100         | 716                           |
| <b>Всего</b>  |        | 1310  | 158,00     | 42                | 42      | 168         | 1186                          |

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
**10 декабря 2024г.**

**ШКОЛЬНОЕ 5-11**

| Наименование блюда   | № рец. | Выход  | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|--|--------|--------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|  |        |        |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>   |        |        |            |                   |         |             |                               |
| <b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ</b><br>макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная,масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая   | 202    | 230    | 13,10      | 5                 | 4       | 39          | 139                           |
| <b>БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С ПОДЛИВОЙ</b><br>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    | 51,20      | 11                | 13      | 15          | 167                           |
| <b>БУЛОЧКА "К ЧАЮ"</b><br>мука пшенич.высш.сорт , молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные, дрожжи, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная. вода питьевая                                      | 442    | 90     | 12,20      | 5                 | 4       | 15          | 104                           |
| <b>ЧАЙ С САХАРОМ</b><br>чай черный байховый, вода питьевая, сахар  | 430    | 185/15 | 2,50       | 0                 | 0       | 15          | 60                            |
| <b>Итого</b>   |        | 620    | 79,00      | 21                | 21      | 84          | 470                           |
| <b>Обед</b>  |        |        |            |                   |         |             |                               |
| <b>СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ</b><br>Рыбные консер. в масле сайра бланшир., картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая                                 | 87     | 250    | 18,70      | 7                 | 8       | 27          | 215                           |
| <b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b><br>масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная  | 171    | 220    | 18,00      | 6                 | 7       | 3           | 87                            |
| <b>ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ</b><br>Говяжья печень,томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый  | 255    | 100    | 36,80      | 10                | 11      | 38          | 186                           |
| <b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b><br>хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами  |        | 60     | 3,00       | 4                 | 1       | 25          | 122                           |
| <b>ЧАЙ С САХАРОМ</b><br>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок  | 430    | 185/15 | 2,50       | 0                 | 0       | 15          | 60                            |
| <b>Итого</b>   |        | 830    | 79,00      | 27                | 27      | 108         | 670                           |
| <b>Всего</b>   |        | 1450   | 158,00     | 48                | 48      | 192         | 1140                          |

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.