

Утверждаю

директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/



МЕНЮ

12 ноября 2024г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная,масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	202	230	13,10	5	4	39	139
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 рафинированное	283	100	51,20	11	13	15	167
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	90	12,20	5	4	15	104
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар	430	185/15	2,50	0	0	15	60
Итого		620	79,00	21	21	84	470
Обед							
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 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
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная	171	220	18,00	6	7	3	87
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ Говяжья печень,томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый	255	100	36,80	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
Итого		830	79,00	27	27	108	670
Всего		1450	158,00	48	48	192	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

12 ноября 2024г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная,масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	202	180	10,20	4	4	7	96
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 рафинированное	283	90	47,60	7	9	14	159
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	90	12,20	5	4	15	104
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	402	200	9,00	1	0	32	111
Итого		560	79,00	17	17	68	470
Обед							
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ Рыбные консер. в масле сайра бланшир., картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	87	200	15,40	5	6	18	175
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная	171	200	16,80	4	6	2	82
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ Говяжья печень,томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый	255	90	34,80	9	10	15	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	402	200	9,00	1	0	32	111
Итого		750	79,00	23	23	92	670
Всего		1310	158,00	40	40	160	1140

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.