

Утверждено

директор  
МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье  
И. В. Румянцева



**МЕНЮ**

12 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>КАША "ДРУЖБА"</b> крупя рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок	190	250	20,90	5	6	22	108
<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ</b> яйца куриные (шт.)	213	40	13,00	5	5	1	62
<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ</b> сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое	3	60	19,60	8	7	19	110
<b>ВАФЛИ</b> вафли с фруктово-ягодной начинками		37	23,00	1	1	19	130
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,50	0	0	15	60
<b>Итого</b>		587	79,00	19	19	76	470
<b>Обед</b>							
<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ</b> масло подсолнечное рафинированое, свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, лимонная кислота, лавровый лист, вода питьевая, петрушка (зелень)	76	220	9,90	8	9	24	199
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	202	220	12,40	4	4	29	122
<b>БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С ПОДЛИВОЙ</b> лук репчатый, говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, чеснок, мука пшенич.высш.сорт	268	100	51,20	11	13	15	167
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,50	0	0	15	60
<b>Итого</b>		800	79,00	27	27	108	670
<b>Всего</b>		1387	158,00	46	46	184	1140

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.

Утверждено



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

**МЕНЮ**  
**12 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>							
КАША "ДРУЖБА" крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	190	200	19,80	4	5	18	106
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	213	40	13,00	5	5	1	62
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
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	431	185/15/7	3,60	0	0	15	62
ВАФЛИ вафли с фруктово-ягодной начинками		37	23,00	1	1	19	130
<b>Итого</b>		<b>544</b>	<b>79,00</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>72</b>	<b>470</b>
<b>Обед</b>							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ масло подсолнечное рафинированое, свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, лимонная кислота, лавровый лист, вода питьевая, петрушка (зелень)	76	200	9,20	8	9	14	202
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная,масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	202	180	10,20	4	4	12	103
БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С ПОДЛИВОЙ говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, чеснок, томатная паста, мука пшенич.высш.сорт	268	90	47,60	8	11	17	169
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
<b>Итого</b>		<b>730</b>	<b>79,00</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>707</b>
<b>Всего</b>		<b>1274</b>	<b>158,00</b>	<b>43</b>	<b>43</b>	<b>172</b>	<b>1177</b>

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.