

Утверждаю



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

МЕНЮ
14 марта 2025 г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности	224	200	55,30	13	14	40	327
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	433	200	11,50	4	3	22	96
ЯБЛОКО яблоки		100	16,20	1	1	10	47
Итого		500	83,00	18	18	72	470
Обед							
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ куры потрош. 1 категории, макаронные изделия высш.сорт, морковь, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая, петрушка (зелень)	111	200	13,00	3	8	11	179
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная	304	180	12,70	4	7	12	165
ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ С ПОДЛИВОЙ лук репчатый, куры потрош. 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, чеснок, мука пшенич.высш.сорт	314	90	45,30	14	10	24	146
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		730	83,00	26	26	104	723
Всего		1230	166,00	44	44	176	1193

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

14 марта 2025 г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности	224	250	63,20	18	18	51	361
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	431	185/15/7	3,60	0	0	15	62
ЯБЛОКО яблоки		100	16,20	1	1	10	47
Итого		557	83,00	19	19	76	470
Обед							
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ куры потрош. 1 категории, макаронные изделия высш.сорт, морковь, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая, петрушка (зелень)	111	250	14,20	6	8	3	180
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	304	220	12,60	3	6	9	190
ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ С ПОДЛИВОЙ лук репчатый, куры потрош. 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог.	314	100	46,40	14	12	30	193
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		830	83,00	27	27	108	769
Всего		1387	166,00	46	46	184	1239

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.