

Утверждаю

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

МЕНЮ  
19 февраля 2025 г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11



Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
КАША РИСОВАЯ крупя рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	415	250	33,60	14	15	13	146
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ сыр российский, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микроэлементами, масло сладко-сливочное несоленое	3	60	19,60	8	7	19	110
НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая	388	200	6,80	0	0	41	84
ВАФЛИ вафли с фруктово-ягодной начинками		37	23,00	1	1	19	130
<b>Итого</b>		<b>547</b>	<b>83,00</b>	<b>23</b>	<b>23</b>	<b>92</b>	<b>470</b>
<b>Обед</b>							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ Говядина блк, картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая, петрушка (зелень)	84	250	20,10	5	6	24	170
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	250	16,90	5	8	21	150
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ рыба минтай филе, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микроэлементами, лук репчатый	227	100	39,40	13	12	23	205
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами		60	3,00	4	1	25	122
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	431	185/15/7	3,60	0	0	15	62
<b>Итого</b>		<b>867</b>	<b>83,00</b>	<b>27</b>	<b>27</b>	<b>108</b>	<b>709</b>
<b>Всего</b>		<b>1414</b>	<b>166,00</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>200</b>	<b>1179</b>

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**

19 февраля 2025 г.

**ШКОЛЬНОЕ 1-4**

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
<b>КАША РИСОВАЯ</b> крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	415	220	28,90	5	7	12	134
<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>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	433	200	11,50	4	3	22	96
<b>ВАФЛИ</b> вафли с фруктово-ягодной начинками		37	23,00	1	1	19	130
<b>Итого</b>		517	83,00	18	18	72	470
<b>Обед</b>							
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ</b> Говядина б\к, картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая, петрушка (зелень)	84	200	15,00	3	4	18	136
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	200	15,80	4	8	11	145
<b>КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ</b> рыба минтай филе, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами, лук репчатый	227	90	37,60	13	12	23	205
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
<b>НАПИТОК ИЗ КУРАГИ</b> Сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	440	200	11,60	1	0	23	97
<b>Итого</b>		750	83,00	25	25	100	705
<b>Всего</b>		1267	166,00	43	43	172	1175

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.