

Утверждаю

директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

Г.В. Румянцева/

МЕНЮ

21 января 2025 г

ШКОЛЬНОЕ 5-11



Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная	171	220	18,00	6	7	3	97
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	55,20	11	13	15	167
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		580	83,00	21	21	84	470
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ говядина б/к, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая, петрушка (зелень)	104	230	24,20	5	7	13	210
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	202	220	12,40	6	6	9	130
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ Говяжья печень, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый	255	100	40,90	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		810	83,00	25	25	100	708
Всего		1390	166,00	46	46	184	1178

Медицинская сестра

Handwritten signature

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.

Утверждаю



директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцев/

МЕНЮ

21 января 2025 г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная	171	200	16,80	4	6	2	92
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 рафинированое	283	90	51,60	7	9	14	159
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог.микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ Сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	440	200	11,60	1	0	23	97
Итого		550	83,00	16	16	64	470
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ говядина б/к, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая, петрушка (зелень)	104	200	21,80	5	8	12	180
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	202	200	11,60	6	6	14	112
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ Говяжья печень, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый	255	90	37,60	9	10	17	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог.микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	402	200	9,00	1	0	32	111
Итого		750	83,00	25	25	100	705
Всего		1300	166,00	41	41	164	1175

Медицинская сестра

Зав. производством (шеф-повар)

Большакова Н.Б.

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.