

Утверждаю

директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/

**МЕНЮ**  
21 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>							
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b> 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
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	431	185/15/7	3,60	0	0	15	62
<b>ЯБЛОКО</b> яблоки		100	16,20	1	1	10	47
<b>Итого</b>		557	83,00	19	19	76	470
<b>Обед</b>							
<b>СУП С ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ</b> вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, картофель, морковь, макаронные изделия высш.сорт, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, петрушка (зелень)	111	250	14,20	4	6	17	180
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	250	16,90	5	8	21	150
<b>ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ С ПОДЛИВОЙ</b> Лук репчатый, куры потрош. 1 категории, чеснок, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами, мука пшенич.высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	314	100	46,40	14	12	30	193
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами		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>		860	83,00	27	27	108	705
<b>Всего</b>		1417	166,00	46	46	184	1175

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.

Утверждаю

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

МЕНЮ  
21 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>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b> 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
<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>ЯБЛОКО</b> яблоки		100	16,20	1	1	10	47
<b>Итого</b>		500	83,00	18	18	72	470
<b>Обед</b>							
<b>СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ</b> вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, картофель, морковь, макаронные изделия высш.сорт, лук репчатый, кури потрош. 1 категории, петрушка (зелень)	111	200	13,00	4	7	19	179
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	200	15,80	4	8	11	145
<b>ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ С ПОДЛИВОЙ</b> лук репчатый, кури потрош. 1 категории, чеснок, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами масло сладко-сливочное несоленое, мука пшенич.высш.сорт, томатная паста	314	90	45,30	14	10	24	146
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами		60	3,00	4	1	25	122
<b>КИСЕЛЬ</b> кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	411	200	5,90	0	0	25	113
<b>Итого</b>		750	83,00	26	26	104	705
<b>Всего</b>		1250	166,00	44	44	176	1175

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.