

Утверждаю

директор  
Пошехонье  
г. Румянцева/



**МЕНЮ**

01 октября 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>							
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	258	250		8	10	40	303
ОВОЩИ ПОРЦИОННО		60		2	3	7	30
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	302	200		4	4	0	15
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30		4	1		
Итого		540	83,00	18	18	72	470
<b>Обед</b>							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ	294	250		10	13	35	260
РИС ОТВАРНОЙ	332	200		3	5	20	180
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	227	100		6	5	20	185
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1		
НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	388	200		3	2	4	13
Итого		810	83,00	26	26	104	760
Всего		1350	166,00	44	44	176	1230

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.



Утверждаю

директор  
г. Пошехонье  
В. Румянцева/

**МЕНЮ**

01 октября 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>							
Жаркое по домашнему	258	200		8	10	40	303
Овощи порционно		70		2	3	3	30
Напиток из яблок	302	200		4	4	4	15
✓ Хлеб ржаной		30		4	1	25	122
<b>Итого</b>		<b>500</b>	<b>83,00</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>72</b>	<b>470</b>
<b>Обед</b>							
Щи из свежей капусты с мясом	294	200		10	13	35	260
Рис отварной	332	180		13	5	20	180
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	492	90		6	5	20	185
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1	25	122
	388	200		3	2	4	13
<b>Итого</b>		<b>730</b>	<b>83,00</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>705</b>
<b>Всего</b>		<b>1230</b>	<b>166,00</b>	<b>43</b>	<b>43</b>	<b>172</b>	<b>1175</b>

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.