

Утверждаю

Директор

МОУ СОШ ПОШЕХОНСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС

Директор

Т.В. Румянцева/

МЕНЮ

03 декабря 2025 г

ШКОЛЬНОЕ 1-4



Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
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
Итого		500	83,00	18	18	72	470
Обед							
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
НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	388	200		3	2	4	13
Итого		730	83,00	25	25	100	705
Всего		1230	166,00	43	43	172	1175

Медицинская сестра

Большакова Н.Б. *[Signature]*

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П. *[Signatures]*

Утверждаю
 МОУ СОШ ПОШЕХОНСКИЙ
 КОМПЛЕКС
 Директор
 Г. В. Румянцева/



МЕНЮ

03 декабря 2025 г

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Жаркое по домашнему	258	250		8	10	40	303
Овощи порционно		60		2	3	3	30
Напиток из яблок	302	200		4	4	4	15
Хлеб ржаной		30		4	1	25	122
Итого		540	83,00	18	18	72	470
Обед							
Щи из свежей капусты с мясом	294	250		10	13	35	260
Рис отварной	332	200		3	5	20	180
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	492	100		6	5	20	185
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1	25	122
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. *Н.Б.*

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П. *С.М. Е.П.*