

Утверждаю
 МОУ СОШ ПОШЕХОНСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ
 КОМПЛЕКС
 Директор



Г.В. Румянцева

МЕНЮ

09 декабря 2025 г

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Греча отварная С фаршем	302	200		4	4	10	200
Котлета из филе грудки	134	90		8	11	14	78
Хлеб ржаной		30		4	1	25	122
Чай с сахаром	376	200		0	0	15	60
Итого		520	83	16	16	64	460
Обед							
Борщ с капустой С картофелем мясом	76	200	7	12		40	300
Макароны отварные	309	180	7	8		20	200
Котлета фантазия фантазия		90	6	4		19	125
ХЛЕБ РЖАНОЙ ржанной		60	4	1		25	122
НАПИТОК ИЗ изюма	388	200	3	2		4	13
Итого		730	83	27		108	760
Всего		1250	166	43	43	172	1220

Медицинская сестра Большакова Н.Б.

Зав.производством (шеф повар) Медведева С.М Астафьева Е.П.

(Handwritten signatures and initials)

Утверждаю
 МОУ СОШ ПОШЕХОНСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ
 КОМПЛЕКС
 Директор
 Т.В. Румянцева/



МЕНЮ

09 декабря 2025 г

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки,	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Греча отварная С фаршем	302	230		4	4	10	200
Котлета из филе грудки	134	100		8	11	14	78
Хлеб ржаной		30		4	1	25	122
Чай с сахаром	376	200		0	0	15	60
Итого		560	83	16	16	64	460
Обед							
Борщ с капустой С картофелем мясом	76	250		7	12	40	300
Макароны отварные	309	200		7	8	20	200
Котлета фантазия		100		6	4	19	125
ХЛЕБ ржанной		60		4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ изюма	388	200		3	2	4	13
Итого		810	83	27	27	108	760
Всего		1370	166	43	43	172	1220

Медицинская сестра Большакова Н.Б. 

Зав производством (шеф повар) Медведева С.М Астафьева Е.П. 