

Утверждено

МОУ СОШ ПОШЕХОНСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ
КОМПЛЕКС
Директор
Т. В. Румянцева



МЕНЮ

11 декабря 2025 г

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	204	240		12	14	44	330
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	1205	200		2	3	3	8
Итого		500	83	18	18	72	460
Обед							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ	294	200		10	13	35	260
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	321	180		3	4	30	178
КОТЛета РЫБНАЯ	492	90		6	5	20	185
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	302	200		4	4	0	15
Итого		730	83	27	27	110	760
Всего		1230	166	45	45	180	1220

Медицинская сестра

Большакова Н.Б. *Bl*

Зав. производством (шеф-повар)

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

Утверждено
МОУ СОШ ПОШЕХОНСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ



Комплекс
Директор
Г.В. Румянцева/

МЕНЮ

11 декабря 2025 г

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	204	260		12	14	44	330
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	1205	200		2	3	3	8
Итого		520	83	18	18	72	460
Обед							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ	294	220		10	13	35	260
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	321	200		3	4	30	178
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	492	100		6	5	20	185
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	302	200		4	4	0	15
Итого		780	83	27	27	110	760
Всего		1330	166	45	45	180	1220

Медицинская сестра

Большакова Н.Б. *Н.Б.*

Зав. производством (шеф-повар)

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