

Утверждаю



директор
МОУ СОШ ПОШЕХОНСКИЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС
г. В. Румянцева/

МЕНЮ

13 октября 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	202	200\30		14	17	32	288
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30		4	1	25	122
ЧАЙ С САХАРОМ	376	200		0	0	15	60
Итого		460	83	18	18	72	470
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	224	200		12	16	55	350
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	263	200		6	5	20	273
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	302	200		4	4	4	15
Итого		660	83	26	26	104	760
Всего		1120	166	44	44	176	1230

Медицинская сестра

Большакова Н.Б. 

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.

Утверждаю

директор
МКОУ «ПОШЕХОНСКИЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС»
Г. В. Румянцева/



МЕНЮ
13 октября 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	202	220\30		14	17	32	288
ЧАЙ ССАХАРОМ	376	200		0	0	15	60
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1	25	122
Итого		510	83	18	18	72	470
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	224	230		12	16	55	350
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	263	220		6	5	20	273
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60		4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	302	200		4	4	4	15
Итого		710	83	26	26	104	760
Всего		1220	166	44	44	176	1230

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.