

Утверждено

МОУ СОШ «ПОШЕХОНСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ

КОМПЛЕКС»

Директор

Г.В. Румянцева/



МЕНЮ

13 ноября 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 | 270 | | 12 | 14 | 44 | 330 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 30 | | 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 | | 1160 | 166 | 45 | 45 | 180 | 1220 |

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.

