

Утверждаю



Директор
Т.В. Румянцева/

МЕНЮ

16 октября 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 СФАРШЕМ	302	200		4	4	10	200
БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	791	90		11	14	26	78
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30		4	1	25	122
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	431	200		0	0	15	60
Итого		520	83	19	19	76	460
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ	99	200		7	14	53	322
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	312	180		6	6	30	210
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ	294	90		9	4	1	98
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	1205	200		2	3	3	8
Итого		730	83	28	28	112	760
Всего		1250	166	47	47	188	1220

Медицинская сестра

Большакова Н.Б. 

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.

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



МЕНЮ

16 октября 2025 г

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ	302	250		4	4	10	200
БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	791	100		11	14	26	78
ХЛЕБ РЖАНОЙ	213	30		4	1	25	122
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	431	200		0	0	15	60
Итого		580	83	19	19	76	460
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ	99	220		7	14	53	322
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	312	200		6	6	30	210
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ	294	100		9	4	1	98
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	1205	200		2	3	3	8
Итого		780	83	28	28	112	760
Всего		1360	166	47	47	188	1220

Медицинская сестра

Большакова Н.Б. *Н.Б.*

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.