

Утверждаю

Директор

МОУ СОШ ПОШЕХОНСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛИ

КОМПЛЕКС

Директор

Л.В. Румянцева/



МЕНЮ

17 декабря 2025 г

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
Жаркое по домашнему	258	200		8	10	40	303
Овощи порционно		70		2	3	3	30
Напиток из яблок	302	200		4	4	4	15
Хлеб ржаной		30		4	1	25	122
Итого		500	83,00	18	18	72	470
<b>Обед</b>							
Щи из свежей капусты с мясом	294	200		10	13	35	260
Рис отварной	332	180		13	5	20	180
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	492	90		6	5	20	185
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	388	200		3	2	4	13
Итого		730	83,00	25	25	100	705
Всего		1230	166,00	43	43	172	1175

Медицинская сестра

Большакова Н.Б. *В*

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П. *М А*

Утверждаю

МОУ СОШ ПОШЕХОНСКИЙ  
КОМПЛЕКС

Директор  
Г.В. Румянцева/



МЕНЮ

17 декабря 2025 г

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
Жаркое по домашнему	258	250		8	10	40	303
Овощи порционно		60		2	3	3	30
Напиток из яблок	302	200		4	4	4	15
Хлеб ржаной		30		4	1	25	122
<b>Итого</b>		<b>540</b>	<b>83,00</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>72</b>	<b>470</b>
<b>Обед</b>							
Щи из свежей капусты с мясом	294	250		10	13	35	260
Рис отварной	332	200		3	5	20	180
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	492	100		6	5	20	185
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60		4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	388	200		3	2	4	13
<b>Итого</b>		<b>810</b>	<b>83,00</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>104</b>	<b>760</b>
<b>Всего</b>		<b>1350</b>	<b>166,00</b>	<b>44</b>	<b>44</b>	<b>176</b>	<b>1230</b>

Медицинская сестра

Большакова Н.Б. *В*

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П. *М А*