

Утверждаю

директор
МБОУ СОШ № 1 г. Пошехонье
В. Румянцева/



МЕНЮ
23 сентября 2025 г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

| Наименование блюда | № рец. | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая | 202 | 180 | 6,00 | 4 | 4 | 7 | 113 |
| БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С ПОДЛИВОЙ Говядина б/к, лук репчатый, чеснок, мука пшенич.высш.сорт, томатная паста, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог.микронутриентами, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное | 283 | 90 | 52,60 | 7 | 9 | 14 | 159 |
| ВАФЛИ | 442 | 37 | 18,50 | 5 | 4 | 15 | 87 |
| КИСЕЛЬ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая | 402 | 200 | 5,90 | 1 | 0 | 32 | 111 |
| Итого | | 507 | 83,00 | 17 | 17 | 68 | 470 |
| Обед | | | | | | | |
| СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ Рыбные консер. в масле сайра бланшир., картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая | 87 | 200 | 16,60 | 6 | 7 | 18 | 200 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная | 171 | 200 | 16,80 | 5 | 7 | 8 | 92 |
| ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ Говяжья печень, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый | 255 | 90 | 37,60 | 9 | 10 | 17 | 180 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами | | 60 | 3,00 | 4 | 1 | 25 | 122 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая | 402 | 200 | 9,00 | 1 | 0 | 32 | 111 |
| Итого | | 750 | 83,00 | 25 | 25 | 100 | 705 |
| Всего | | 1257 | 166,00 | 42 | 42 | 168 | 1175 |

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.

Утверждаю

директор

МБОУ СОШ № 1 г. Пошехонье

Г.В. Румянцева/



МЕНЮ

23 сентября 2025 г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

| Наименование блюда | № рец. | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная,масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая | 202 | 230 | 6,80 | 5 | 4 | 39 | 139 |
| БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С ПОДЛИВОЙ Говядина б/к, лук репчатый, чеснок, мука пшенич.высш.сорт, томатная паста, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог.микронутриентами, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное | 283 | 100 | 55,20 | 11 | 13 | 15 | 167 |
| ВАФЛИ | 442 | 37 | 18,50 | 5 | 4 | 15 | 104 |
| ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар | 430 | 200 | 2,50 | 0 | 0 | 15 | 60 |
| Итого | | 567 | 83,00 | 21 | 21 | 84 | 470 |
| Обед | | | | | | | |
| СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ Рыбные консер. в масле сайра бланшир., картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая | 87 | 250 | 18,60 | 7 | 8 | 27 | 240 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная | 171 | 220 | 18,00 | 6 | 7 | 3 | 97 |
| ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ Говяжья печень, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый | 255 | 100 | 40,90 | 10 | 11 | 38 | 186 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами | | 60 | 3,00 | 4 | 1 | 25 | 122 |
| ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок | 430 | 200 | 2,50 | 0 | 0 | 15 | 60 |
| Итого | | 830 | 83,00 | 27 | 27 | 108 | 705 |
| Всего | | 1397 | 166,00 | 48 | 48 | 192 | 1175 |

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.