

Утверждаю

директор  
МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье  
/Г.В. Румянцева/



МЕНЮ  
3 апреля 2024г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ</b> говядина б/к, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	258	250	59,87	14	17	30	231
<b>САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ</b> капуста белокочанная, морковь, сахар песок, лимонная кислота, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	45	60	9,93	1	1	6	47
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,20	0	0	15	60
<b>Итого</b>		570	75,00	19	19	76	460
<b>Обед</b>							
<b>СУП КУДРЯШ на МЯСНОМ БУЛЬОНЕ</b> яйца куриные (шт.), картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	92	250	29,06	5	8	19	126
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b> капуста белокочанная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое	298	230	30,24	12	15	39	198
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,20	0	0	15	60
<b>БУЛОЧКА "К ЧАЮ"</b> мука пшенич.высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные, дрожжи, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая	442	100	10,50	8	5	18	164
<b>Итого</b>		840	75,00	29	29	116	670
<b>Всего</b>		1410	150,00	48	48	192	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.



Утверждаю



МБОУ СШ №1 г. Пошехонье  
/Г.В. Румянцева/

директор

**МЕНЮ**  
**3 апреля 2024г.**

**ШКОЛЬНОЕ 1-4**

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ</b> говядина б/к, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	258	200	54,47	13	16	15	172
<b>САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ</b> капуста белокочанная, морковь, сахар песок, лимонная кислота, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	45	70	11,63	1	1	7	53
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
<b>КИСЕЛЬ</b> кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	411	200	5,90	0	0	25	113
<b>Итого</b>		530	75,00	18	18	72	460
<b>Обед</b>							
<b>СУП КУДРЯШ на МЯСНОМ БУЛЬОНЕ</b> яйца куриные (шт.), картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	92	200	27,00	4	7	7	97
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b> капуста белокочанная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	298	180	28,80	9	12	9	149
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
<b>НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА</b> виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая	388	200	5,70	0	0	41	138
<b>БУЛОЧКА "К ЧАЮ"</b> мука пшенич.высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные, дрожжи, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная. вода питьевая	442	100	10,50	8	5	18	164
<b>Итого</b>		740	75,00	25	25	100	670
<b>Всего</b>		1270	150,00	43	43	172	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.