

Утверждаю

директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцев/



МЕНЮ

4 марта 2024г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ кура потрош.1 катег., картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	259	200	52,87	14	18	27	226
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ огурцы соленые		60	8,53	0	0	1	15
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ Сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	440	200	10,60	1	0	23	97
Итого		520	75,00	19	19	76	460
Обед							
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ на МЯСНОМ БУЛЬОНЕ картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	90	200	9,10	5	8	11	124
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ говядина б/к, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, сахар песок, томатная паста	139	180	38,50	7	10	17	147
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
КИСЕЛЬ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	411	200	5,90	0	0	25	113
БУЛОЧКА "К ЧАЮ" мука пшенич.высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные, дрожжи, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная. вода питьевая	442	100	18,50	8	5	18	164
Итого		740	75,00	24	24	96	670
Всего		1260	150,00	43	43	172	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.

Утверждаю



директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/

МЕНЮ

4 марта 2024г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ кура потрош. 1 катег., картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	259	250	59,87	15	18	35	261
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЕ огурцы соленые		60	8,53	0	0	1	15
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	431	185/15/7	3,60	0	0	15	62
Итого		570	75,00	19	19	76	460
Обед							
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ на МЯСНОМ БУЛЬОНЕ картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	90	230	12,20	7	10	19	162
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ говядина б/к, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, морковь, лук репчатый, сахар песок	139	250	39,10		11	31	162
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	185/15	2,20	0	0	15	60
БУЛОЧКА "К ЧАЮ" мука пшенич. высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные, дрожжи, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая	442	60	18,50	8	5	18	164
Итого		800	75,00	27	27	108	670
Всего		1370	150,00	46	46	184	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.