

Утверждаю

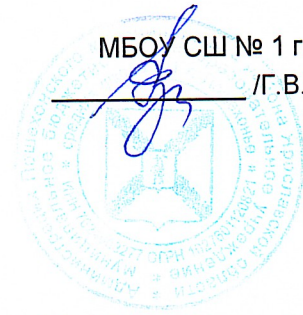
директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/

**МЕНЮ**  
6 марта 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>КАША РИСОВАЯ</b> крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	415	250	24,50	9	13	7	55
<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	18,50	8	5	18	164
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	402	200	9,00	1	0	32	111
<b>ВАФЛИ</b> вафли с фруктово-ягодной начинками		37	23,00	1	1	19	130
<b>Итого</b>		587	75,00	19	19	76	460
<b>Обед</b>							
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ</b> капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	88	250	17,21	8	7	9	157
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	250	16,35	5	8	21	145
<b>ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ</b> Говяжья печень, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог.микронутриентами, морковь, лук репчатый	255	100	36,24	10	11	38	186
<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	431	185/15	2,20	0	0	15	60
<b>Итого</b>		860	75,00	27	27	108	670
<b>Всего</b>		1447	150,00	46	46	184	1130

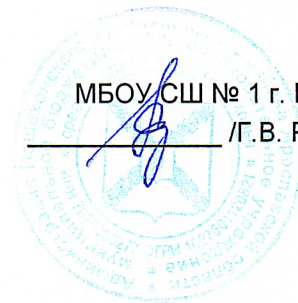
Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
6 марта 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>КАША РИСОВАЯ</b> крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	415	200	22,00	5	9	13	70
<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	18,50	8	5	18	164
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	433	200	11,50	4	3	22	96
<b>ВАФЛИ</b> вафли с фруктово-ягодной начинками		37	23,00	1	1	19	130
<b>Итого</b>		537	75,00	18	18	72	460
<b>Обед</b>							
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ</b> капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	88	200	11,64	8	7	26	136
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	200	14,94	3	7	11	135
<b>ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ</b> Говяжья печень, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог.микронутриентами, морковь, лук репчатый	255	90	34,82	9	10	15	180
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
<b>НАПИТОК ИЗ КУРАГИ</b> Сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	440	200	10,60	1	0	23	97
<b>Итого</b>		750	75,00	25	25	100	670
<b>Всего</b>		1287	150,00	43	43	172	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.