

Утверждаю

директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/

МЕНЮ

7 марта 2024г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский	204	250	17,30	15	5	23	156
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами, масло сладко-сливочное несоленое	1	40	12,70	2	13	12	76
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,20	0	0	15	60
МАНДАРИН мандарины		80	18,40	1	0	7	38
ВАФЛИ вафли с фруктово-ягодной начинками		37	23,00	1	1	19	130
Итого		607	75,00	19	19	76	460
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ говядина б/к, картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	99	250	8,40	9	9	37	239
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная	171	200	15,11	5	4	11	82
БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С ПОДЛИВОЙ Говядина б/к, лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микроэлементами, вода питьевая, мука пшенич.высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста	268	100	46,29	9	13	20	167
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами		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
Итого		810	75,00	27	27	108	670
Всего		1417	150,00	46.3	46.1	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
7 марта 2024г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский	204	200	17,30	13	3	15	154
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое	1	40	12,70	2	13	12	76
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	431	185/15/7	3,60	0	0	15	62
МАНДАРИН мандарины		80	18,40	1	0	7	38
ВАФЛИ вафли с фруктово-ягодной начинками		37	23,00	1	1	19	130
Итого		557	75,00	17	17	68	460
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ говядина б/к, картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	99	200	9,85	9	8	36	147
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная	171	180	12,26	4	4	10	180
БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С ПОДЛИВОЙ Говядина б/к, лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, мука пшенич. высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста	268	90	46,29	8	12	14	159
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	430	185/15/7	3,60	0	0	15	62
Итого		730	75,00	25	25	100	670
Всего		1287	150,00	42	42	168	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.