



директор
И.В. Румянцева/

МЕНЮ
9 ноября 2023г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ говядина б/к, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	259	250	59,87	14,7	18,4	34,7	271
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЕ огурцы соленые		40	8,53	0,3	0,1	0,7	5
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	0,5	25,4	122
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	431	185/15/7	3,60	0,3	0,1	15,2	62
Итого		557	75,00	19,3	19,1	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	9,1	8,5	37	239
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная	171	200	15,11	4,9	4,6	10,1	82
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	100	46,29	8,8	13,3	20,5	167
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	0,5	25,4	122
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,20	0,2	0,1	15	60
Итого		810	75,00	27	27	108	670
Всего		1367	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 № 11 П. Пошехонье
/Г.В. Румянцева/

МЕНЮ

9 ноября 2023г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ говядина б/к, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое,	259	200	54,47	13.1	17.3	14.2	222
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ огурцы соленые		40	8,53	0,3	0,1	0,7	5
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	0,5	25,4	122
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	349	200	9,00	0,6	0,1	31,7	111
Итого		500	75,00	18	18	72	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	8.8	7.6	36.2	146.6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная	171	180	12,26	3.6	4	9.8	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 рафинированое, томатная паста	268	90	46,29	8.3	12.8	13.4	159.4
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	0,5	25,4	122
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15/7	3,60	0,3	0,1	15,2	62
Итого		737	75,00	25	25	100	670
Всего		1237	150,00	43	43	172	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.