

Утверждаю



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

**МЕНЮ**

11 марта 2024 г.

**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 ПШЕННАЯ</b> пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	417	250	28,10	9	13	16	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	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>ЯБЛОКО</b> яблоки		130	19,40	1	1	10	47
<b>Итого</b>		680	75,00	19	19	76	460
<b>Обед</b>							
<b>СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ</b> Рыбные консер. в масле сайра бланшир., картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	887	220	22,06	6	9	18	180
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ</b> Макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	209	250	11,50	7	6	12	122
<b>ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ</b> Говяжья печень, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, 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	430	185/15	2,20	0	0	15	60
<b>Итого</b>		830	75,00	27	27	108	670
<b>Всего</b>		1510	150,00	46	46	184	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.



Утверждаю



директор  
МБОУ СОШ № 1 г. Пошехонье  
Д.В. Румянцева/

**МЕНЮ**  
11 марта 2024 г.

**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 ПШЕННАЯ</b> пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	417	200	25,60	3	7	14	153
<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>ЯБЛОКО</b> яблоки		130	19,40	1	1	10	47
<b>Итого</b>		630	75,00	16	16	64	460
<b>Обед</b>							
<b>СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ</b> Рыбные консер. в масле сайра бланшир., картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	87	200	19,62	5	8	16	165
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> Макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	209	180	8,56	5	5	8	92
<b>ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ</b> Говяжья печень, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, 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>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	402	200	9,00	1	0	32	111
<b>Итого</b>		730	75,00	24	24	96	670
<b>Всего</b>		1360	150,00	40	40	160	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.