

Утверждаю



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

МЕНЮ

12 января 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>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b> молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности	224	200	47,30	13	14	40	317
<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		100	16,20	1	1	10	47
<b>Итого</b>		500	75,00	18	18	72	460
<b>Обед</b>							
<b>СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ</b> вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, картофель, морковь, макаронные изделия высш.сорт, лук репчатый, куры потрош. 1 категории	111	200	12,92	3	5	13	180
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	200	14,94	3	7	11	135
<b>ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ С ПОДЛИВОЙ</b> лук репчатый, куры потрош. 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами масло сладко-сливочное несоленое, мука пшенич.высш.сорт, томатная паста	314	90	38,24	13	10	18	120
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
<b>КИСЕЛЬ</b> кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	411	200	5,90	0	0	25	113
<b>Итого</b>		750	75,00	23	23	92	670
<b>Всего</b>		1250	150,00	41	41	164	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.





Утверждаю  
 директор  
 МБОУ СОШ № 1 г. Пошехонье  
 /Г.В. Румянцева/

**МЕНЮ**  
**12 января 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>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b> молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности	224	250	55,20	18	18	51	351
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	431	185/15	3,60	0	0	15	62
<b>ЯБЛОКО</b> яблоки		100	16,20	1	1	10	47
<b>Итого</b>		550	75,00	19	19	76	460
<b>Обед</b>							
<b>СУП С ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ</b> вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, морковь, макаронные изделия высш.сорт, лук репчатый, куры потрош. 1 категории	111	250	13,63	4	6	17	213
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	250	16,35	5	8	21	145
<b>ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ С ПОДЛИВОЙ</b> Лук репчатый, куры потрош. 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, мука пшенич.высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	314	100	39,82	14	12	30	130
<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>		860	75,00	27	27	108	670
<b>Всего</b>		1410	150,00	46	46	184	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.