

Утверждаю

директор

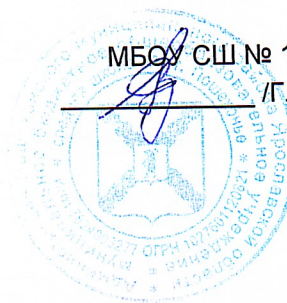
МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/

МЕНЮ

19 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</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> куры потрош. 1 категории, макаронные изделия высш.сорт, морковь, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая	111	200	12,92	3	5	13	180
<b>РИС ОТВАРНОЙ</b> крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная	304	180	10,24	2	7	13	151
<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, томатная паста, мука пшенич.высш.сорт	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>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>		730	75,00	23	23	92	670
<b>Всего</b>		1230	150,00	41	41	164	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

19 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	185/15/7	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 ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ</b> куры потрош. 1 категории, макаронные изделия высш.сорт, морковь, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая	111	250	13,63	4	6	17	213
<b>РИС ОТВАРНОЙ</b> крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	304	250	14,97	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 масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшенич.высш.сорт	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.