

Утверждаю

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



МЕНЮ

20 ноября 2023г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое	209	250	11,50	7.3	6.4	9.7	142
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, лук репчатый.томатная паста, мука пшенич.высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная	246	100	58,30	7.4	12	25.7	136
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	0,3	0,1	15,2	60
Итого		610	75,00	19	19	76	460
Обед							
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ на МЯСНОМ БУЛЬОНЕ картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	90	230	14,75	7,5	10,4	19,5	102
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ говядина б/к, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, морковь, лук репчатый, сахар песок	139	250	52,13	7.6	11.2	30.4	122
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	2,73	4	0,5	25,4	122
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,09	0,2	0,1	15	60
БУЛОЧКА "К ЧАЮ" мука пшенич.высш.сорт , молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные, дрожжи, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная. вода питьевая	442	60	10,50	7.7	4.8	17.7	264
Итого		800	75,00	27	27	108	670
Всего		1410	150,00	46	46	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
20 ноября 2023г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое	209	200	9,30	7,2	6,2	8,1	111
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, лук репчатый.томатная паста, мука пшенич.высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная	246	90	53,70	7,2	12,3	13,5	116
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	402	200	9,00	0,6	0	29	111
Итого		550	75,00	19	19	76	460
Обед							
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ на МЯСНОМ БУЛЬОНЕ картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	90	200	9,10	5,7	8,6	11,8	94.4
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ говядина б/к, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, сахар песок, томатная паста	139	180	46,50	6.5	10	13.2	76.6
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	0,5	25,4	122
КИСЕЛЬ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	411	200	5,90	0,1	0,1	27,9	113
БУЛОЧКА "К ЧАЮ" мука пшенич.высш.сорт , молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные, дрожжи, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная. вода питьевая	442	60	10,50	7.7	4.8	17.7	264
Итого		700	75,00	24	24	96	670
Всего		1250	150,00	43	43	172	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.