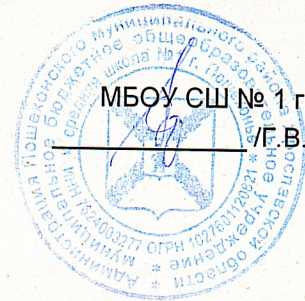


Утверждаю



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

МЕНЮ
21 декабря 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	258	250	59,87	14,7	18,3	32,7	271
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ капуста белокочанная, морковь, сахар песок, лимонная кислота, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	45	60	9,93	0,1	0,1	2,9	7
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами		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		570	75,00	19	19	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. микроэлементами, 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. микроэлементами		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		1380	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 № 1 г. Пошехонье
/Г.В. Румянцева/

МЕНЮ

21 декабря 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,	258	200	54,47	13,1	17,3	14,2	222
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ капуста белокочанная, морковь, сахар песок, лимонная кислота, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	45	70	11,63	0,8	0,1	7,5	3
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	24,9	113
Итого		530	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 рафинированное, 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		1267	150,00	43	43	172	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.