

Утверждаю

директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/



**МЕНЮ**  
**22 апреля 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>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ</b> кура потрош.1 катег., картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	259	200	52,87	14	18	27	226
<b>ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ</b> огурцы соленые		60	8,53	0	0	1	15
<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>		520	75,00	19	19	76	460
<b>Обед</b>							
<b>РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ на МЯСНОМ БУЛЬОНЕ</b> картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	90	200	9,10	5	8	11	124
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ</b> говядина б/к, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, сахар песок, томатная паста	139	180	38,50	7	10	17	147
<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>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>Итого</b>		740	75,00	24	24	96	670
<b>Всего</b>		1260	150,00	43	43	172	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  
22 апреля 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>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ</b> кура потрош.1 катег., картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	259	250	59,87	15	18	35	261
<b>ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЕ</b> огурцы соленые		60	8,53	0	0	1	15
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
<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>Итого</b>		570	75,00	19	19	76	460
<b>Обед</b>							
<b>РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ на МЯСНОМ БУЛЬОНЕ</b> картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	90	230	12,20	7	10	19	162
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ</b> говядина б/к, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь, лук репчатый, сахар песок	139	250	39,10		11	31	162
<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>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	60	18,50	8	5	18	164
<b>Итого</b>		800	75,00	27	27	108	670
<b>Всего</b>		1370	150,00	46	46	184	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.