

Утверждаю

директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

И.В. Румянцева/



МЕНЮ

22 декабря 2023г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 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	18.3	18.5	51.2	351
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	431	185/15	3,60	0,3	0,1	15	62
ЯБЛОКО яблоки		100	16,20	0.4	0,4	9,8	47
Итого		550	75,00	19	19	76	460
Обед							
СУП С ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, морковь, макаронные изделия высш.сорт, лук репчатый, куры потрош. 1 категории	111	250	13,63	5.5	6.9	17.1	213
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	250	16,35	4.1	7.5	20.8	145
ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ С ПОДЛИВОЙ 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	13.2	12	29.7	130
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	0,2	0,1	15	60
Итого		860	75,00	27	27	108	670
Всего		1410	150,00	46	46	184	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

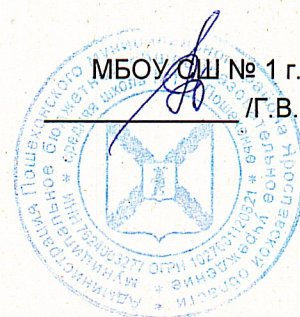
Медведева С.М. , Астафьева Е.П.

Утверждаю

директор

МБОУ СОШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/



МЕНЮ

22 декабря 2023г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 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	13.3	14.3	40.5	317
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	433	200	11,50	4.3	3.3	21,7	96
ЯБЛОКО яблоки		100	16,20	0.4	0,4	9,8	47
Итого		500	75,00	18	18	72	460
Обед							
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, картофель, морковь, макаронные изделия высш.сорт, лук репчатый, куры потрош. 1 категории	111	200	12.92	2.9	5.2	13	180
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	200	14.94	3.3	7,1	11	135
ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ С ПОДЛИВОЙ 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	12.7	10,1	17.7	120
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		570	75.00	23	23	92	670
Всего		1070	150.00	41	41	164	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.