

Утверждено



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

**МЕНЮ**  
**29 февраля 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>КАША "ДРУЖБА"</b> крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	190	200	20,23	4	5	18	96
<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ</b> яйца куриные (шт.)	213	40	9,00	5	5	1	62
<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ</b> сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое	3	60	19,17	8	7	19	110
<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>ВАФЛИ</b> вафли с фруктово-ягодной начинками		37	23,00	1	1	19	130
<b>Итого</b>		<b>537</b>	<b>75,00</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>72</b>	<b>460</b>
<b>Обед</b>							
<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ</b> масло подсолнечное рафинированое, свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, лимонная кислота, лавровый лист, вода питьевая	76	200	8,15	5	5	13	186
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	202	180	8,56	5	5	8	92
<b>БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С ПОДЛИВОЙ</b> говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, томатная паста, мука пшенич.высш.сорт	268	90	46,29	8	12	14	159
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	402	200	9,00	1	0	32	111
<b>Итого</b>		<b>730</b>	<b>75,00</b>	<b>23</b>	<b>23</b>	<b>92</b>	<b>670</b>
<b>Всего</b>		<b>1267</b>	<b>150,00</b>	<b>41</b>	<b>41</b>	<b>164</b>	<b>1130</b>

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.

Утверждено



директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/

## МЕНЮ

29 февраля 2024г.

## ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
КАША "ДРУЖБА" крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок	190	250	21,63	5	6	22	98
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	213	40	9,00	5	5	1	62
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое	3	60	19,17	8	7	19	110
ВАФЛИ вафли с фруктово-ягодной начинками		37	23,00	1	1	19	130
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,20	0	0	15	60
Итого		587	75,00	19	19	76	460
<b>Обед</b>							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ масло подсолнечное рафинированое, свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, лимонная кислота, лавровый лист, вода питьевая	76	250	9,82	7	7	36	199
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	202	250	10,36	7	6	12	122
БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С ПОДЛИВОЙ лук репчатый, говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, мука пшенич.высш.сорт	268	100	49,62	9	13	20	167
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	3,00	4	1	25	122
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,20	0	0	15	60
Итого		860	75,00	27	27	108	670
Всего		1447	150,00	46	46	184	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.