

Утверждаю



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

МЕНЮ
29 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 ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ куры потрош. 1 категории, макаронные изделия высш. сорт, морковь, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая	111	250	13,63	5.5	6.9	17.1	213
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	304	250	14,97	4	7,5	20.8	145
ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ С ПОДЛИВОЙ лук репчатый, куры потрош. 1 категории, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшенич. высш. сорт	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	0,3	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 СШ № 1 г. Пошехонье
/Г.В. Румянцева/



МЕНЮ

29 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 молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, 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 куры потрош. 1 категории, макаронные изделия высш.сорт, морковь, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая	111	200	12,92	2.9	5.2	13	180
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная	304	180	10,24	4.6	9.1	20.8	151.4
ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ С ПОДЛИВОЙ лук репчатый, куры потрош. 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшенич.высш.сорт	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
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ Сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	440	200	10,60	0,8	0,1	23.1	96.6
Итого		730	75,00	25	25	100	670
Всего		1230	150,00	43	43	172	1130

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.