

Утверждаю

директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

/Г.В. Румянцева/



МЕНЮ

5 мая 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 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 | 49,90 | 13.3 | 14.3 | 41 | 281 |
| КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок | 433 | 200 | 9,60 | 4.3 | 3.3 | 21,7 | 96 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 442 | 200 | 15,50 | 1 | 0,2 | 9,5 | 86 |
| Итого | | 600 | 75,00 | 18.6 | 17.8 | 72.2 | 463 |
| Обед | | | | | | | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ куры потрош. 1 категории, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая | 111 | 200 | 12,92 | 3,6 | 6.5 | 13.3 | 180 |
| РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная | 304 | 180 | 11,92 | 3,9 | 6,9 | 14 | 94 |
| ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ куры потрош 1 категории, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная | 499 | 90 | 41,87 | 13,9 | 11,3 | 17 | 144 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами | | 60 | 2,73 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122 |
| НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая | 388 | 200 | 5,56 | 0,3 | 0,1 | 31,5 | 130 |
| Итого | | 730 | 75,00 | 25.7 | 25.3 | 101.2 | 670 |
| Всего | | 1330 | 150,00 | 44.3 | 41,1 | 174.4 | 1133 |

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
5 мая 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 | 57,41 | 18.5 | 18.5 | 52 | 316 |
| ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок | 430 | 185/15 | 2,09 | 0,3 | 0,1 | 15 | 60 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 442 | 200 | 15,50 | 1 | 0,2 | 9,5 | 86 |
| Итого | | 650 | 75,00 | 19,8 | 18,8 | 76,5 | 462 |
| Обед | | | | | | | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ куры потрош. 1 категории, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая | 105 | 250 | 13,63 | 4.5 | 8.3 | 28.3 | 215 |
| РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое | 304 | 250 | 12,98 | 4.2 | 7,1 | 30,5 | 120 |
| ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ куры потрош 1 категории, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная | 499 | 100 | 43,57 | 14 | 11 | 8.5 | 155 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами | | 60 | 2,73 | 4 | 0,5 | 25,4 | 122 |
| ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок | 430 | 185/15 | 2,09 | 0,3 | 0,1 | 15 | 60 |
| Итого | | 860 | 75,00 | 27 | 27 | 107.7 | 672 |
| Всего | | 1510 | 150,00 | 46.8 | 45.8 | 184.2 | 1134 |

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.