

Утверждаю

директор

МБОУ СШ № 1 г. Пошехонье

Г. В. Румянцева/



МЕНЮ

8 сентября 2022 г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА" крупя рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	200	18,74	8,6	7,3	17,7	173
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С ПОВИДЛОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, повидло яблочное	80/20	30,03	9,1	9,7	32,1	200
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	3,23	0,2	0,1	15	60
ВАФЛИ вафли с фруктово-ягодной начинками	37	23,00	1	1,2	18,6	131
Итого	537	75,00	18,9	18,3	83,4	564
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	13,67	3,4	3,6	8,5	78
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	200	13,94	4,2	7,6	16,6	134
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная	90	38,76	12,4	14,3	7,8	133
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами	60	2,73	4	0,5	25,4	122
КИСЕЛЬ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	5,90	0,1	0,1	24,9	113
Итого	750	75,00	24,1	26,1	83,2	580
Всего	1287	150,00	43	44,4	166,6	1144

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.

Утверждаю



директор

МБОУ СОШ № 1 г. Пошехонье

Л. В. Румянцева/

МЕНЮ

8 сентября 2022 г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА" крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	220	18,88	13,5	14,4	48,3	360
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С ПОВИДЛОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, повидло яблочное	80/20	30,03	9,1	9,7	32,1	200
ЙОГУРТ йогурт 1,5% жирности	100	24,00	1,2	0,9	7,9	87
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	2,09	0,2	0,1	15	60
Итого	620	75,00	24	25,1	103,3	707
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	250	14,01	3,6	4,4	21,2	140
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	250	14,97	5,3	8,9	35,6	243
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	100	40,06	11,7	12,9	9	253
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами	60	2,73	4	0,5	25,4	122
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	3,23	0,3	0,1	15,2	62
Итого	845	75,00	24,9	26,8	106,4	820
Всего	1465	150,00	48,9	51,9	209,7	1527

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.