

Утверждаю

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



МЕНЮ
9 сентября 2022 г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	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, вода питьевая, 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	250	57,41	21,9	23,1	77,3	570
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	2,09	0,2	0,1	15	60
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	15,50	1	0,2	9,8	8€
Итого	650	75,00	23,3	23,4	102,1	716
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ куры потрош. 1 категории, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	250	13,63	6,7	9,5	13	191
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	250	12,98	6,1	10,5	47,5	177
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ рыба минтай филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	100	43,57	9	6,2	11,1	265
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	185/15	2,09	0,2	0,1	15	60
Итого	860	75,00	26	26,8	112	815
Всего	1510	150,00	49,3	50,2	214,1	1531

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
9 сентября 2022 г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	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, вода питьевая, 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	200	49,90	13,7	15,4	50,3	405
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар	200	9,60	4,3	3,3	21,7	96
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	15,50	1	0,2	9,8	86
Итого	600	75,00	19	18,9	81,8	587
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ куры потрош. 1 категории, макаронные изделия высш. сорт, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая	200	12,92	3,3	6,3	10,4	89
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое	180	11,92	4,4	7,1	7,5	127
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ рыба минтай филе, лук репчатый, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	90	41,87	7	4,7	9,2	103
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	200	5,56	0,3	0,1	31,5	138
Итого	730	75,00	19	18,7	84	579
Всего	1330	150,00	38	37,6	165,8	1166

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.