

Утверждаю

директор

МБОУ СОШ № 1 г. Пошехонье

Г.В. Румянцева/

МЕНЮ

10 марта 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, творог 9,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности	224	250	58,77	18.5	18.5	54	355
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,09	0,2	0,1	15	60
МАНДАРИН мандарин		100	14,14	0,4	0,4	7,8	47
Итого		550	75,00	19.1	19	76.8	462
Обед							
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, морковь, макаронные изделия высш. сорт, лук репчатый, куры потрош. 1 категории	111	250	13,63	5.5	7.8	18.5	215
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	250	14,97	4.1	7.5	20.8	145
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С ПОДЛИВОЙ Лук репчатый, куры потрош. 1 категории, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое	314	100	41,58	13.2	12	29.7	130
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	0,2	0,1	15	60
Итого		860	75,00	27	27.9	109.4	672
Всего		1410	150,00	46.1	46.9	186.2	1134

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.

Утверждаю



директор
Пошехонье
Румянцева/

МЕНЮ
10 марта 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 МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, творог 9,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности	224	200	51,26	13,3	14,3	43	320
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	433	200	9,60	4,3	3,3	22	96
МАНДАРИН мандарин		100	14.14	0,4	0,4	7,8	47
Итого		500	75.00	18	18	72,8	463
Обед							
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, морковь, макаронные изделия высш. сорт, лук репчатый, куры потрош. 1 категории	111	200	12.92	3.6	6.5	13.3	180
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	200	13.94	3.3	7.1	11	135
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С ПОДЛИВОЙ лук репчатый, куры потрош. 1 категории, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами масло сладко-сливочное несоленое	314	90	39.51	12.7	10,1	17.7	120
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	2.73	4	0,5	25,4	122
КИСЕЛЬ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	411	200	5.90	0,1	0,1	24,9	113
Итого		750	75.00	23.7	23.3	92.3	670
Всего		1250	150.00	41.7	41.3	165.1	1133

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М., Астафьева Е.П.