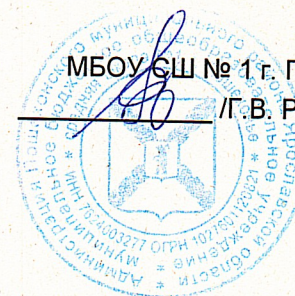


Утверждаю

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

МЕНЮ  
13 января 2023г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4



Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b> 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
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	433	200	9,60	4,3	3,3	22	96
<b>ЯБЛОКО</b> яблоко		100	14.14	0,4	0,4	7,8	47
<b>Итого</b>		500	75.00	18	18	72,8	463
<b>Обед</b>							
<b>СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ</b> 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
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	200	13.94	3.3	7,1	11	135
<b>КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С ПОДЛИВОЙ</b> 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
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	2.73	4	0,5	25,4	122
<b>КИСЕЛЬ</b> кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	411	200	5.90	0,1	0,1	24,9	113
<b>Итого</b>		750	75.00	23.7	23.3	92.3	670
<b>Всего</b>		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.



Утверждаю



директор

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

**МЕНЮ**

13 января 2023г.

**ШКОЛЬНОЕ 5-11**

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b> 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
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,09	0,2	0,1	15	60
<b>ЯБЛОКО</b> яблоко		100	14,14	0,4	0,4	7,8	47
<b>Итого</b>		550	75,00	19.1	19	76.8	462
<b>Обед</b>							
<b>СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ</b> 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
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	250	14,97	4.1	7.5	20.8	145
<b>КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С ПОДЛИВОЙ</b> 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
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	2,73	4	0,5	25,4	122
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,09	0,2	0,1	15	60
<b>Итого</b>		860	75,00	27	27.9	109.4	672
<b>Всего</b>		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.