

Утверждаю

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



МЕНЮ
14 октября 2022 г.

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	17,7	18.5	61.2	439
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	430	185/15	2,09	0,2	0,1	15	60
ЯБЛОКО яблоки		100	14,14	0,4	0,4	7,8	47
Итого		550	75,00	18,3	19	84	546
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	4,1	6	10,4	179
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	250	14,97	5,7	8,3	25,6	183
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ Лук репчатый, куры потрош. 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое	314	100	41,58	13	12.1	35,7	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	430	185/15	2,09	0,2	0,1	15	60
Итого		860	75,00	27	27	112,1	809
Всего		1410	150,00	45.3	46	196.1	1355

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.

Утверждаю



директор
И.В. Румянцева/

МЕНЮ
14 октября 2022 г.

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	10,3	12,2	39,3	344
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
ЯБЛОКО яблоки		100	14.14	0,4	0,4	7,8	47
Итого		500	75.00	15	15,9	68,8	487
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	3,3	4,7	7,2	103
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	128	200	13.94	5,2	7,6	20,6	134
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ лук репчатый, куры потрош. 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами масло сладко-сливочное несоленое	314	90	39.51	10,4	11,1	26,9	117
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	22,9	113
Итого		750	75.00	23	24	103	729
Всего		1250	150.00	38	39.9	171.8	1216

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.