

Утверждаю



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

МЕНЮ
17 ноября 2022г.

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста	259	250	62,36	13,98	18,3	25	315
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ огурцы грунтовые		60	6,68	0,6	0,1	1,7	10
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами		60	2,73	4	0,5	25,4	122
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	431	185/15/7	3,23	0,3	0,1	15,2	62
Итого		570	75,00	18,7	19	67,3	509
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ говядина б/к, картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, вода питьевая	99	250	17,20	5,3	7	9,5	155
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое	141	250	16,52	4	5,1	16,5	145
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	268	100	36,46	13,5	12,5	35	240
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	25,2	101,4	722
Всего		1430	150,00	45,7	44,2	168,7	1231

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.