

Согласовано

директор
МБОУ СОШ № 1 г. Пошехонье
Г. В. Румянцева!МЕНЮ
23 марта 2022 г.

ШКОЛЬНОЕ 1-4



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ крупя гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности,	200	10.10	8,8	9,2	34,7	257
БУТЕРБРОД С СЫРОМ сыр российский, масло сладко-сливочное	55	29.40	7,1	13,7	11,6	206
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая	185/15/7	5.50	0,3	0,1	15,2	62
ЙОГУРТ йогурт 1.5% жирности	100	20.00	2	1,5	3	48
Итого		65.00	18,2	24,5	64,5	573
Обед						
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ картофель, морковь, лук репчатый, огурцы	200	19.96	1,5	3,4	11	81
РИС ОТВАРНОЙ крупя рисовая, соль йодированная, масло	180	9.00	4,4	7,6	39,4	244
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог.	90	24.54	13,9	14	9,3	218
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржано-пшеничный обог	60	2.50	4	0,5	25,4	122
КИСЕЛЬ кисель (концентрат) на плодовых экстр.,	200	9.00	0,1	0,1	27,9	113
Итого		65.00	23,9	25,6	113	778
Всего		130.00	42,1	50,1	177,5	1351

Медицинская сестра

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.