

Утверждаю
МОУ СОШ ПОШЕХОНСКИЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС
Директор
/Г.В. Румянцева/

МЕНЮ

15 января 2026г

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Салат из моркови	41	100		4	1	2	30
Макароны с сыром	204	220		10	16	30	248
Хлеб пшеничный в (нарезке)		30		4	1	25	122
Чай с сахаром и лимоном	431	200		0	0	15	60
Итого		550	87	18	18	72	460
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	99	250		11	14	49	347
Голубцы ленивые	298	210		9	10	30	287
Салат из белокачанной капусты	81	100		2	1	1	2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40		4	1	25	122
Напиток из плодов шиповника	1210	200		1	1	3	2
Итого		800	87	27	27	108	760
Всего		1350	174	45	45	180	1220

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.



МЕНЮ
15 января 2026г

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Салат из моркови	41	90		4	1	2	30
Макароны с сыром	204	200		10	16	30	248
Хлеб пшеничный в (нарезке)		30		4	1	25	122
Чай с сахаром и лимоном	431	200		0	0	15	60
Итого		520	87	18	18	72	460
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	99	200		11	14	49	347
Голубцы ленивые	298	200		9	10	30	287
Салат из белокачанной капусты	81	90		2	1	1	2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40		4	1	25	122
Напиток из плодов шиповника	1210	200		1	1	3	2
Итого		730	87	27	27	108	760
Всего		1250	174	45	45	180	1220

Медицинская сестра

Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар)

Медведева С.М. , Астафьева Е.П.