Утверждаю
Директор
МОУ СОШ ПОШЕХОНСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЫ
КОМПЛЕКС Директор
_____ /Г.В.Румянцева/

МЕНЮ

14 октября 2026 г

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Запеканка из творога с молоком сгущеным	224	200		12	14	40	310
Чай с сахаром	376	200		0	0	15	60
яблоко		100		2	1	3	9
Пирожное полоска с помадкой		70		4	3	14	91
Итого		570	87,00	18	18	72	470
Обед							
Рассольник ленинградский	54	200		9	9	26	310
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	171	180		3	4	8	18
, ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	383	90		10	12	30	250
Чай с сахаром	376	200		0	0	15	60
Хлеб ржанной		40		4	1	25	122
Итого		710	87,00	26	26	104	760
Всего		1280	174,00	44	44	176	1230

Медицинская сестра Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар) Медведева С.М. , Астафьева Е.П.

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

МЕНЮ

14 октября 2026 г

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Запеканка из творога с молоком сгущеным	224	200		12	14	40	310
Чай с сахаром	376	200		0	0	15	60
яблоко		100		2	1	3	9
Пирожное полоска с помадкой		70		4	3	14	91
Итого		570	87,00	18	18	72	470
Обед							
Рассольник ленинградский	54	250		9	9	26	310
Гуляш из отварной говядины	383	100		10	12	30	250
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	171	210		3	4	8	18
Чай с сахаром	376	200		0	0	15	60
Хлеб ржанной		40		4	1	25	122
Итого		800	87,00	26	26	104	760
Всего		1370	174,00	44	44	176	1230

Медицинская сестра Большакова Н.Б.

Зав. производством (шеф-повар) Медведева С.М. , Астафьева Е.П.