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

МЕНЮ

22 октября 2026г

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Запеканка из творога с повидлом	224	200		10	9	37	210
Напиток из кураги	440	200		2	2	5	51
Бутерброд с сливочным маслом	1	40		4	6	27	200
груша		100		2	1	3	9
Итого		540	87	18	18	72	470
Обед							
Суп картофельный На курином бульоне	7019	200		5	11	34	390
Тефтели из Говядины паровые	54	90		8	8	30	180
Греча отварная	171	180		3	4	8	18
Хлеб ржаной		40		4	1	25	122
Напиток витаминный	366	200		3	2	9	20
Салат из моркови	41	90		4	1	2	30
Итого		800	87	27	27	108	760
Всего		1340	174	45	45	180	1230

Медицинская сестра Большакова Н.Б
Зав.производством (шеф повар) Медведева С.М Астафьева Е.П

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

МЕНЮ

22 октября 2026г

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Запеканка из творога с повидлом	224	210		10	9	37	210
Напиток из кураги	440	200		2	2	5	51
Бутерброд с сливочным маслом	1	40		4	6	27	200
груша		100		2	1	3	9
Итого		550	87	18	18	72	470
Обед							
Суп картофельный На курином бульоне	7019	230		5	11	34	390
Тефтели из Говядины паровые	54	100		8	8	30	180
Греча отварная	171	200		3	4	8	18
Хлеб ржаной		40		4	1	25	122
Напиток витаминный	366	200		3	2	9	20
Салат из моркови	41	100		4	1	2	30
Итого		870	87	27	27	108	760
Всего		1420	174	45	45	180	1230

Медицинская сестра Большакова Н.Б
Зав.производством (шеф повар) Медведева С.М Астафьева Е.П