Утверждаю
МОУ СОШ ПОШЕХОНСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС
Директор

/Т.В. Румянцева/

МЕНЮ

23 октября 2026г

ШКОЛЬНОЕ 1-4

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Картофель тушеный	216	180		9	8	20	110
Мясо птицы тушеное	849	90		4	7	21	228
Напиток из сухофруктов	402	200		1	2	6	10
Хлеб пшеничный		30		4	1	25	122
Итого		500	87	18	18	72	470
Обед							
Рассольник ленинградский	54	200		9	9	26	310
Гуляш из печени	255	90		10	12	30	250
Рис отварной	891	180		4	5	12	28
Чай с сахаром и лимоном	431	200		0	0	15	60
Хлеб ржаной		40		4	1	25	122
Итого		710	87	27	27	108	770
Всего		1210	174	45	45	180	1240

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

23 октября 2026г

ШКОЛЬНОЕ 5-11

Наименование блюда	№ рец.	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
Картофель тушеный	216	220		9	8	20	110
Мясо птицы тушеное	849	100		4	7	21	228
Напиток из сухофруктов	402	200		1	2	6	10
Хлеб пшеничный		30		4	1	25	122
Итого		550	87	18	18	72	470
Обед							
Рассольник ленинградский	54	250		9	9	26	310
Гуляш из печени	255	100		10	12	30	250
Рис отварной	891	210		4	5	12	28
Чай с сахаром и лимоном	431	200		0	0	15	60
Хлеб ржаной		40		4	1	25	122
Итого		800	87	27	27	108	770
Всего		1350	174	45	45	180	1240

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