

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День 17.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	34,79	193	5,0	7,0	30,0
		273	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	90	31,81	171	10,0	13,0	5,0
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	41	1,0	0,0	9,0
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,40	71	2,0	0,0	15,0
	Напиток	1010	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,71	58	0,0	0,0	14,0
	Холодное блюдо	18	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ	47	14,61	7	0,0	0,0	1,0
Обед				0	0	0	0,0	0,0	0,0

Согласовано

директор
МБОУ СОШ №2 г. Поронайск
/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

17 сентября 2024 г.

род плата 5-11 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	100	0,00				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ сметана 20% жирности, свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль, вода питьевая, говядина б/к	250	46,94	10,1	13,2	24,1	243
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ соль, филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, фарш лососевый	113	45,22	0,7	6,8	4,5	75
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, соль, масло -сливочное	150	13,51	3,6	4,9	36,5	209
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	7,18			21,8	83
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	33	2,59	2,2	0,3	13,9	7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	56	4,48	4,3	0,3	28,1	113
Итого		119,91	20,9	25,5	128,9	811
Всего		119,91	20,9	25,5	128,9	811

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

Директор
МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск
/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

17 сентября 2024 г.

5-9 кл овз

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, соль	197	31,59	4,5	5,7	28,4	179
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ свинина мясная, говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, лук репчатый, соль	90	31,77	9,7	13,3	4,8	170
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,71	0,3		14,3	63
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	17	1,37	1,1	0,2	7,3	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,30	2,2	0,2	14,5	63
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	46	14,22	0,4		1,2	17
Итого		85,96	18,2	19,4	70,5	517
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	98	20,59	0,6	0,1	1,9	11
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ сметана 20% жирности, картофель, свекла, капуста белокачанная, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль, вода питьевая, говядина б/к	250	55,31	11,1	14	24,6	232
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ соль, филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, фарш лососевый, лук репчатый	123	37,87	1,7	6,9	9,7	103
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	13,47	3,6	6	36,5	209
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , сахар песок, вода питьевая	200	17,31			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	26	2,05	1,7	0,2	11	55
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	58	4,62	4,4	0,4	29	137
БАНАН банан	210	0,00				
Итого		151,22	23,1	27,6	134,5	861
Всего		237,18	41,3	47	205	1373

Зав. производством (шеф-повар)

МЕНЮ

17 сентября 2024 г.

5-11



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ свинина мясная, говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, лук репчатый, соль	90	31,78	9,7	13,3	4,8	170
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, соль	197	31,57	4,5	5,7	28,4	179
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,71	0,3		14,3	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	17	1,37	1,1	0,2	7,3	55
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,31	2,2	0,2	14,5	55
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	46	14,20	0,4		1,2	7
Итого		85,93	18,2	19,4	70,5	517
Всего		85,93	18,2	19,4	70,5	517

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

Директор
МБОУ СОШ № 2 г. Поронай: к
/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

17 сентября 2024 г.

1-4 кл ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, соль	197	31,47	4,5	5,7	28,4	170
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ свинина мясная, говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, лук репчатый, соль	90	31,93	9,7	13,3	4,8	170
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,71	0,3		14,3	63
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	17	1,37	1,1	0,2	7,3	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,32	2,2	0,2	14,5	63
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	46	14,20	0,4		1,2	7
Итого		85,99	18,2	19,4	70,5	517
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	98	20,55	0,6	0,1	1,9	1
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ сметана 20% жирности, свекла, капуста белокочанная, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль, картофель, вода питьевая, говядина б/к	200	45,93	9,2	11,8	20,4	23
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ соль, филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, фарш лососевый, лук репчатый	123	37,99	1,7	6,9	9,7	103
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	13,48	3,6	6	36,5	209
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , сахар песок, вода питьевая	200	13,46			13,7	54
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	26	2,05	1,7	0,2	11	33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	58	4,59	4,4	0,4	29	107
БАНАН банан	210	0,00				
Итого		138,05	21,2	25,4	122,2	755
Всего		224,04	39,4	44,8	192,7	1312

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



Директор
МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск
/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

17 сентября 2024 г.

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, соль	200	34,79	5,2	6,5	29,5	133
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ свинина мясная, говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, лук репчатый, соль	90	31,81	9,8	13,3	5	171
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,58	1,3	0,2	8,5	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,40	2,3	0,2	15,1	70
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,71	0,3		14,3	70
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	47	14,61	0,4		1,2	17
Итого		89,89	19,3	20,2	73,6	541
Всего		89,89	19,3	20,2	73,6	541

Зав. производством (шеф-повар)