

Школа		МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск				Отд./кор		День			
Прием пищи		Раздел	№ рец.	Блюдо		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			417	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ		200	33,42	252	9,0	12,0	28,0
			13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		20	11,20	75	0,0	8,0	0,0
			14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)		20	12,65	75	5,0	6,0	0,0
	Хлеб			ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	0,00	0	0,0	0,0	0,0
	Напиток		433	КАКАО НА МОЛОКЕ		200	27,85	169	6,0	5,0	26,0
	Хлеб			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	0,00	0	0,0	0,0	0,0
	Фрукты			АПЕЛЬСИН		210	0,00	0	0,0	0,0	0,0
Обед						0	0	0	0,0	0,0	0,0



МЕНЮ
21 сентября 2024 г.

5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко сухое цельное 25% , соль, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	33,42	9,1	12,4	27,7	232
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	20	11,20	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр голландский (круглый)	20	12,65	4,7	6,1		75
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	0,00				
КАКАО НА МОЛОКЕ какао-порошок, молоко сухое цельное 25% , вода питьевая, сахар песок	200	27,85	5,6	5,3	25,8	169
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	0,00				
АПЕЛЬСИН апельсин	210	0,00				
Итого		85,12	19,5	32,1	53,6	571
Всего		85,12	19,5	32,1	53,6	571

Зав. производством (шеф-повар)





МЕНЮ

21 сентября 2024 г.

5-9 кл овз

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко сухое цельное 25% , соль, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	33,37	9,1	12,4	27,7	232
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	20	11,20	0,1	8,3	0,1	95
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр голландский (круглый)	20	12,66	4,7	6,1		75
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	0,00				
КАКАО НА МОЛОКЕ какао-порошок, молоко сухое цельное 25% , вода питьевая, сахар песок	200	27,85	5,6	5,3	25,8	169
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	0,00				
АПЕЛЬСИН апельсин	210	0,00				
Итого		85,09	19,5	32,1	53,6	571
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	100	0,00				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ соль, картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории	250	20,31	7,1	7,7	18,1	163
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ соль, филе минтая, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное	100	38,49	2,1	11	1,6	110
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, соль	150	26,16	4	4,8	22,2	145
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , сахар песок, вода питьевая	200	2,22			21,8	83
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	0,00				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	60	0,00				
Итого		87,17	13,2	23,5	63,7	577
Всего		172,26	32,7	55,6	117,3	1073

Зав. производством (шеф-повар)