

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День

23.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2-е блюдо	541	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	123	37,58	103	2,0	7,0	10,0
	Гарнир	759	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	35,36	191	6,0	7,0	27,0
	Напиток	1010	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,71	58	0,0	0,0	14,0
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,55	40	1,0	0,0	8,0
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,32	69	2,0	0,0	15,0
	Фрукты		БАНАН	210	0,00	0	0,0	0,0	0,0
Обед				0	0	0	0,0	0,0	0,0

МЕНЮ

23 сентября 2024 г.

1-4 класс



Директор
Поронайского
Сыругина Л.С.

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценности ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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	37,60	1,7	6,9	9,7	103
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	150	35,32	5,6	7,2	27,2	151
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,71	0,3		14,3	3
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,58	1,3	0,2	8,5	1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,40	2,3	0,2	15,1	71
БАНАН банан	210	0,00				
Итого		81,61	11,2	14,5	74,8	414
Всего		81,61	11,2	14,5	74,8	414

Зав. производством (шеф-повар)

Сур

МЕНЮ

23 сентября 2024 г.

1-4 кл ОВЗ



Директор
Поронайский
Сыругина Л.С.

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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	37,55	1,6	6,9	9,6	103
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	150	35,25	5,6	7,2	27,2	191
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	20	1,55	1,3	0,2	8,3	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,32	2,2	0,2	14,6	59
БАНАН банан	210	0,00				
Итого		81,38	11	14,5	74	403
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	100	0,00				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ соль, сметана 20% жирности, картофель, крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленные, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, томатная паста	200	29,09	5,1	9,6	14,6	151
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ соль, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	200	45,16	16,2	22,5	22,6	343
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	7,56			18,2	72
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	29	2,29	1,9	0,3	12,5	60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	58	4,64	4,4	0,4	29,1	131
Итого		88,74	27,6	32,8	97	703
Всего		170,12	38,6	47,3	171	1207

Зав. производством (шеф-повар)

Суп



Директор
г. Поронай
/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

23 сентября 2024 г.

5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Завтрак					
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	37,58	1,6	6,9	9,6	103
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко- сливочное несоленое	150	35,36	5,6	7,2	27,2	151
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,71	0,3		14,3	3
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,55	1,3	0,2	8,3	30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,32	2,2	0,2	14,6	69
БАНАН банан	210	0,00				
Итого		81,52	11	14,5	74	40
Всего		81,52	11	14,5	74	41

Зав. производством (шеф-повар)



МЕНЮ
23 сентября 2024 г.

5-9 кл овз

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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	37,58	1,6	6,9	9,6	103
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сливочное несоленое	150	35,32	5,6	7,2	27,2	151
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,71	0,3		14,3	33
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,55	1,3	0,2	8,3	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,32	2,2	0,2	14,6	71
БАНАН банан	210	0,00				
Итого		81,47	11	14,5	74	401
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	100	0,00				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ соль, сметана 20% жирности, картофель, крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, томатная паста	250	34,19	6,2	11,1	18,3	153
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ соль, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	200	44,29	16,1	22,5	22,1	348
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	7,56			18,2	72
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	29	2,33	1,9	0,3	12,5	50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	58	4,64	4,4	0,4	29,1	107
Итого		93,00	28,6	34,3	100,2	833
Всего		174,47	39,6	48,8	174,2	1237

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ

23 сентября 2024 г.

СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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	37,78	1,7	6,9	9,7	103
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	150	34,92	5,6	7,2	27,2	151
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,71	0,3		14,3	3
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,58	1,3	0,2	8,5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,32	2,2	0,2	14,6	
БАНАН банан	210	0,00				
Итого		81,31	11,1	14,5	74,3	42
Всего		81,31	11,1	14,5	74,3	432

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

директор

МБОУ СОШ №2 г. Поронайск

/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

23 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				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ соль, картофель, крупа перловая, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, томатная паста	250	25,06	5,7	7,7	17,2	157
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, соль, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	187	39,37	14,7	21,2	21,6	325
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника, вода питьевая, сахар песок	200	26,36			21,7	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	32	2,51	2,1	0,3	13,5	55
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт	56	4,45	4,2	0,3	27,9	122
Итого		97,76	26,7	29,5	101,9	705
Всего		97,76	26,7	29,5	101,9	705

Зав. производством (шеф-повар)