

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День

01.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюда	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	273	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	90	31,75	167	10,0	13,0	4,0
	Напиток	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	34,79	193	5,0	7,0	30,0
	Хлеб	1010	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,71	58	0,0	0,0	14,0
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,43	37	1,0	0,0	8,0
Обед			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,42	72	2,0	0,0	15,0
				0	0	0	0,0	0,0	0,0

Согласовано



Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

1 октября 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	31,74	9,6	13,2	4,1	161
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,58	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,40	2,3	0,2	15,1	61
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок лимон	185/15/7	4,71	0,3		14,3	53
Итого		75,22	18,7	20,1	71,5	500
Всего		75,22	18,7	20,1	71,5	500

Зав. производством (шеф-повар)



МЕНЮ

1 октября 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	200	34,80	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	31,89	9,6	13,3	4,2	167
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,71	0,3			
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	18	1,42	1,2	0,2	14,3	38
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,43	2,3	0,2	7,7	17
Итого						
		75,25	18,6	20,2	15,2	72
					70,9	527
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	100	20,93	0,6	0,1	2	2
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ сметана 20% жирности, свекла, капуста белокачанная, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль, картофель, вода питьевая, говядина б/к	200	43,64	8,2	11,6	12,3	150
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	104
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	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	27	2,16	1,8	0,2	11,5	55
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	60	4,85	4,6	0,4	30,3	143
БАНАН банан	210	0,00				
Итого						
		136,51	20,5	25,2	116	711
Всего		211,76	39,1	45,4	186,9	1272

Зав. производством (шеф-повар)

МЕНЮ

1 октября 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	31,75	9,6	13,3	4,2	137
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, соль	200	34,79	5,2	6,5	29,5	133
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	18	1,43	1,2	0,2	7,7	7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,42	2,3	0,2	15,2	12
Итого		75,09	18,6	20,2	70,9	52
Всего		75,09	18,6	20,2	70,9	52

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ

1 октября 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	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	31,74	9,6	13,3	4,2	157
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,71	0,3		14,3	7
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	18	1,43	1,2	0,2	7,7	7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,42	2,3	0,2	15,2	72
Итого		75,09	18,6	20,2	70,9	527
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	100	20,93	0,6	0,1	1,9	
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ сметана 20% жирности, картофель, свекла, капуста белокачанная, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к	250	54,18	9,9	14,5	17,2	233
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	104
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	63
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	27	2,14	1,8	0,2	11,5	5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	60	4,83	4,6	0,4	30,3	143
БАНАН банан	210	0,00				
Итого		150,74	22,2	28,1	128,9	811
Всего		225,83	40,8	48,3	199,8	1338

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



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

МЕНЮ

1 октября 2024 г.

СВО

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	34,80	5,2	6,5	29,5	153
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ свинина мясная, говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, лук репчатый, соль	90	31,72	9,6	13,3	4,2	157
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	18	1,42	1,2	0,2	7,7	37
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,40	2,3	0,2	15,2	72
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,72	0,3		14,3	53
Итого		75,06	18,6	20,2	70,9	527
Всего		75,06	18,6	20,2	70,9	527

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

директор

МБОУ СОШ №2 г. Поронайск

/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

1 октября 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	60	19,17	0,5	0,1	1,5	20,5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ сметана 20% жирности, свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль, вода питьевая, куры потрош. 1 категории	250	31,01	8,7	14,2	12,1	205
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ соль, филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, фарш лососевый	115	46,17	0,8	6,8	4,5	73
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , сахар песок, вода питьевая	200	11,28			21,8	83
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, соль, масло -сливочное	150	13,50	3,6	4,9	36,5	233
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	29	2,24	1,9	0,3	12,2	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	61	4,89	4,7	0,4	30,7	145
Итого		128,25	20,2	26,7	119,3	730
Всего		128,25	20,2	26,7	119,3	730

Зав. производством (шеф-повар)

Сид