

Согласовано

директор

МБОУ СОШ №2 г. Поронайс
/Сыругина Л.С.

МЕНЮ

10 октября 2024 г.

ГРУППА 1-2 классы



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ соль, сметана 20% жирности, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, томатная паста	250	33,67	9,5	12,3	21,3	200
РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ говядина б/к, картофель, морковь красная, капуста белокачанная, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль	200	53,03	14	16,5	20	200
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника, вода питьевая, сахар песок	200	14,26				200
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	32	2,51	2,1	0,3	21,5	80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	57	4,58	4,4	0,4	13,5	100
Итого						
Всего		108,06	30	29,5	105	700
		108,06	30	29,5	105	700

Зав. производством (шеф-повар)

[Signature]

Согласовано

директор

МБОУ СОШ №2 г. Поронай:
Сыругина Л.С.**МЕНЮ**

10 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						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ соль, сметана 20% жирности, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, томатная паста	250	33,61	9,4	12,3	21,3	22
РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ говядина б/к, картофель, морковь красная, капуста белокачанная, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль	200	53,02	14	16,5	20,2	27
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника, вода питьевая, сахар песок	200	14,29			21,7	
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	32	2,53	2,1	0,3	13,5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	57	4,61	4,4	0,4	28,7	1
Итого		108,06	29,9	29,5	105,4	7
Всего		108,06	29,9	29,5	105,4	7

Зав. производством (шеф-повар)



МЕНЮ

10 октября 2024 г.

СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ яйца куриные (шт.), молоко сухое цельное 25% , соль, масло подсолнечное рафинированное	180	64,63	14,6	21,4	8,2	271
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ) томаты грунтовые	62	19,07	0,7	0,1	2,4	11
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	20	0,00				
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	2,41	0,2		14,1	
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	18	1,42	1,2	0,2	7,6	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,40	2,3	0,2	15	
Итого		89,93	19	21,9	47,3	482
Всего		89,93	19	21,9	47,3	482

Зав. производством (шеф-повар)



МЕНЮ

10 октября 2024 г.

5-9 кл овз

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ яйца куриные (шт.), молоко сухое цельное 25% , соль, масло подсолнечное рафинированное	180	64,76	14,6	21,4	8,2	2
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ) томаты грунтовые	62	19,09	0,7	0,1	2,4	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	20	0,00				
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	2,40	0,2		14,1	
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	18	1,42	1,2	0,2	7,6	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,39	2,3	0,2	15	
Итого		90,06	19	21,9	47,3	4
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	100	0,00				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ соль, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, куры потрош. 1 категории, сметана 20% жирности	250	36,21	9,9	13,9	21,1	2
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ говядина б/к, вода питьевая, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист	200	53,25	12,9	16,4	13,9	2
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,29			21,8	
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	27	2,13	1,8	0,2	11,4	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	60	4,78	4,6	0,4	30	1
ЯБЛОКО яблоки	200	49,72	0,8	0,8	20,5	2
Итого		160,38	30	31,7	118,7	8
Всего		250,44	49	53,6	166	13

Зав. производством (шеф-повар)

Сыругина Л.С.

МЕНЮ

10 октября 2024 г.

5-11



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ яйца куриные (шт.), молоко сухое цельное 25% , соль, масло подсолнечное рафинированное	180	64,77	14,6	21,4	8,2	273
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ) томаты грунтовые	62	19,09	0,7	0,1	2,4	19
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	20	0,00				
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	2,40	0,2		14,1	
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	18	1,42	1,2	0,2	7,6	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,39	2,3	0,2	15	
Итого		90,08	19	21,9	47,3	492
Всего		90,08	19	21,9	47,3	492

Зав. производством (шеф-повар)



МЕНЮ

10 октября 2024 г.

1-4 кл ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ яйца куриные (шт.), молоко сухое цельное 25% , соль, масло подсолнечное рафинированное	180	64,65	14,6	21,4	8,2	271
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ) томаты грунтовые	62	19,07	0,7	0,1	2,4	13
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	20	0,00				
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	2,41	0,2		14,1	
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	18	1,42	1,2	0,2	7,6	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,40	2,3	0,2	15	
Итого		89,94	19	21,9	47,3	45
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые	100	0,00				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ соль, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, кури потрош. 1 категории, сметана 20% жирности	200	29,83	7,8	11,5	16,8	137
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ говядина б/к, вода питьевая, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист	200	55,25	13,1	16,4	14,9	231
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,30			21,8	
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	27	2,18	1,8	0,2	11,4	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	60	4,76	4,6	0,4	30	142
ЯБЛОКО яблоки	200	49,73	0,8	0,8	20,5	99
Итого		156,03	28,1	29,3	115,4	830
Всего		245,97	47,1	51,2	162,7	1285

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайс
/Сыругина Л.С./**МЕНЮ**
10 октября 2024 г.**1-4 класс**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ яйца куриные (шт.), молоко сухое цельное 25% , соль, масло подсолнечное рафинированное	180	64,78	14,6	21,4	8,2	273
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ) томаты грунтовые	60	19,09	0,7	0,1	2,4	3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	20	0,00				
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	2,40	0,2		14,1	53
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	1
Итого		90,25	19,1	21,9	48,3	453
Всего		90,25	19,1	21,9	48,3	453

Зав. производством (шеф-повар)

