

Согласовано

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

МЕНЮ

6 ноября 2024 г.

1-4 класс

Наименование блюда		Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Завтрак						
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт		90	33,50	9,7	17,6	5,1	209
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист		150	28,18	5,3	9	27,8	209
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок		200/15	2,25	0,2		14,1	56
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	71
ЯБЛОКО яблоки		210	46,13	0,8	0,8	19	91
Итого			114,04	19,6	27,8	89,6	677
Всего			114,04	19,6	27,8	89,6	677

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ

6 ноября 2024 г.

1-4 кл ОВЗ

Наименование блюда		Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Завтрак						
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт		90	33,45	9,7	17,6	5,1	209
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист		150	28,01	5,3	9	27,8	208
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок		200/15	2,25	0,2		14,1	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой		20	1,61	1,3	0,2	8,6	42
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт		31	2,45	2,3	0,2	15,4	73
ЯБЛОКО яблоки		194	46,10	0,8	0,8	19	91
Итого			113,87	19,6	27,8	90	679
	Обед						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ крупа перловая, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сайра бланширован.		250	36,53	9,9	3,4	22,1	155
ГУЛЯШ соль, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт		90	53,82	15	18,2	7,3	243
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое		150	11,14	8,3	6,1	35,9	225
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА виноград сушеный (изюм), шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая		200	6,31	0,4	0,2	26,4	110
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой		30	2,37	2	0,3	12,9	62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт		62	4,93	4,7	0,4	30,9	146
АПЕЛЬСИН апельсин		210	0,00				
Итого			115,10	40,3	28,6	135,5	941
Всего			228,98	59,9	56,4	225,5	1620

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ
6 ноября 2024 г.

5-11



Наименование блюда		Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Завтрак						
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт		90	33,51	9,7	17,6	5,1	209
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист		150	28,06	5,3	9	27,8	208
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок		200/15	2,25	0,2		14,1	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой		20	1,60	1,3	0,2	8,6	42
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт		31	2,46	2,3	0,2	15,4	73
ЯБЛОКО яблоки		194	46,14	0,8	0,8	19	91
Итого			114,02	19,6	27,8	90	679
Всего			114,02	19,6	27,8	90	679

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ

6 ноября 2024 г.

5-9 кл овз

Наименование блюда		Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Завтрак						
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт		90	33,50	9,7	17,6	5,1	209
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист		150	28,06	5,3	9	27,8	208
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок		200/15	2,25	0,2		14,1	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой		20	1,61	1,3	0,2	8,6	42
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт		31	2,46	2,3	0,2	15,4	73
ЯБЛОКО яблоки		194	46,14	0,8	0,8	19	91
Итого			114,01	19,6	27,8	90	679
	Обед						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ крупа перловая, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сайра бланширован.		250	37,35	10,2	3,4	24,2	165
ГУЛЯШ соль, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт		90	53,82	15	18,2	7,3	243
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое		150	11,13	8,3	6,1	35,9	225
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА виноград сушеный (изюм), шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая		200	6,32	0,4	0,2	26,4	110
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой		30	2,41	2	0,3	12,9	62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт		62	4,92	4,7	0,4	30,9	146
АПЕЛЬСИН апельсин		210	0,00				
Итого			115,95	40,6	28,6	137,6	951
Всего			229,96	60,2	56,4	227,6	1630

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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



МЕНЮ

6 ноября 2024 г.

СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Завтрак					
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт	90	33,45	9,7	17,6	5,1	209
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист	150	28,01	5,3	9	27,8	208
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	2,24	0,2		14,1	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,61	1,3	0,2	8,6	42
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	31	2,45	2,3	0,2	15,4	73
ЯБЛОКО яблоки	194	46,10	0,8	0,8	19	91
Итого		113,86	19,6	27,8	90	679
Всего		113,86	19,6	27,8	90	679

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ

6 ноября 2024 г.

ГРУППА 1-2 классы

Наименование блюда		Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед							
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, лук репчатый, морковь красная, картофель, горбуша (консервы), соль		250	30,69	3,1	4,1	22,7	138
ГУЛЯШ соль, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт		90	55,01	15,3	19,5	8,8	262
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло -сливочное		150	12,24	8,3	5,3	35,9	226
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА виноград сушеный (изюм), шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая		200	6,46	0,4	0,2	26,6	111
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой		30	2,37	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт		60	4,80	4,6	0,4	30,1	142
Итого			111,57	33,7	29,8	136,8	940
Всего			111,57	33,7	29,8	136,8	940

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



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

МЕНЮ

6 ноября 2024 г.

род плата 5-11 классы

Наименование блюда		Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Обед						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, лук репчатый, морковь красная, картофель, горбуша (консервы), соль		250	30,74	3,1	4,1	22,9	138
ГУЛЯШ соль, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт		90	55,08	15,3	19,5	8,7	261
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло -сливочное		150	12,22	8,3	5,3	35,9	225
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА виноград сушеный (изюм), шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая		200	6,31	0,4	0,2	26,4	110
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой		30	2,39	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт		60	4,83	4,6	0,4	30,1	142
Итого			111,57	33,7	29,8	136,7	937
Всего			111,57	33,7	29,8	136,7	937

Зав. производством (шеф-повар)