

Согласовано

Директор
МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск
Сыругина Л.С./**МЕНЮ**
22 января 2025 г.

1-4 класс



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	100	40,25	1,5	6,8	8,7	99
Пюре картофельное соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко- сливочное несоленое	150	28,95	4	5,7	24,9	164
Чай с сахаром и лимоном чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,24	0,3		14,3	58
Хлеб ржаной хлеб ржаной формовой	20	1,68	1,3	0,2	8,5	41
Хлеб пшеничный хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,55	2,3	0,2	15,1	71
Итого		77,67	9,4	12,9	71,5	433
Всего		77,67	9,4	12,9	71,5	433

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

Директор
г. Поронайск
Сыругина Л.С./



МЕНЮ

22 января 2025 г.

1-4 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	100	40,31	1,5	6,8	8,6	98
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	150	28,95	4	5,7	24,9	164
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,24	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	19	1,60	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт	29	2,47	2,2	0,2	14,6	69
Итого		77,57	9,3	12,9	70,5	428
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ соль, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, кури потрош. 1 категории, сметана 20% жирности	200	28,84	7	12,2	9,5	171
ГУЛЯШ говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт	75	55,97	14,2	17,6	7,3	235
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль, макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое	150	10,41	5,3	4,6	32,8	189
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,29			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	28	2,38	1,9	0,2	12	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт	58	4,93	4,4	0,4	29,1	137
Итого		116,82	32,8	35	112,5	876
Всего		194,39	42,1	47,9	183	1304

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



Директор
Поронайск
Сыругина Л.С./

МЕНЮ

22 января 2025 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	100	40,23	1,5	6,8	8,6	98
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко- сливочное несоленое	150	28,95	4	5,7	24,9	164
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,24	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	19	1,59	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,47	2,2	0,2	14,6	69
Итого		77,48	9,3	12,9	70,5	428
Всего		77,48	9,3	12,9	70,5	428

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



Директор
Поронайск
Сыругина Л.С./

МЕНЮ

22 января 2025 г.

Инвалид

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	100	40,36	1,5	6,8	8,7	99
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	150	28,97	4	5,7	24,9	164
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,24	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	19	1,60	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,47	2,2	0,2	14,6	69
Итого		77,64	9,3	12,9	70,6	429
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ соль, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, кури потрош. 1 категории, сметана 20% жирности	250	35,66	9,9	13,9	21,1	242
ГУЛЯШ соль, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	75	56,02	14,2	17,6	7,3	235
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	150	10,39	5,3	4,6	32,8	189
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,29			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	27	2,26	1,8	0,2	11,4	55
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	58	4,89	4,4	0,4	29,1	137
Итого		123,51	35,6	36,7	123,5	944
Всего		201,15	44,9	49,6	194,1	1373

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

Директор

г. Поронайск

Юсругина Л.С./

МЕНЮ

22 января 2025 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	100	40,25	1,5	6,8	8,6	98
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	150	28,95	4	5,7	24,9	164
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,24	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	19	1,59	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,47	2,2	0,2	14,6	69
Итого		77,51	9,3	12,9	70,5	428
Обед						
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	250	35,69	9,9	13,9	21,1	242
ГУЛЯШ соль, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	75	56,01	14,2	17,6	7,3	235
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	150	10,41	5,3	4,6	32,8	189
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,29			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	28	2,38	1,9	0,2	12	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	58	4,94	4,4	0,4	29,1	137
Итого		123,72	35,7	36,7	124,1	947
Всего		201,23	45	49,6	194,6	1375

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



Директор
г. Поронайск
Сыругина Л.С./

МЕНЮ

22 января 2025 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	100	40,19	1,5	6,8	8,6	98
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко- сливочное несоленое	150	28,95	4	5,7	24,9	164
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,24	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	19	1,60	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,47	2,2	0,2	14,6	69
Итого		77,44	9,3	12,9	70,5	428
Всего		77,44	9,3	12,9	70,5	428

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

директор

МБОУ СОШ №2 г. Поронайск

Сыругина Л.С./

МЕНЮ

22 января 2025 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 йодированная, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, томатная паста	250	32,11	7,8	10,3	14,3	177
ГУЛЯШ соль йодированная, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	75	56,12	14,2	17,6	7,3	235
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, масло - сливочное	150	11,55	5,3	3,8	32,7	189
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,30			21,7	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	26	2,21	1,7	0,2	10,9	52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	59	5,02	4,5	0,4	29,4	139
Итого		121,31	33,5	32,3	116,3	878
Всего		121,31	33,5	32,3	116,3	878

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

директор

МБОУ СОШ №2 г. Поронайск

Сыругина Л.С./

МЕНЮ

22 января 2025 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 йодированная, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, томатная паста	250	32,19	7,9	10,3	14,4	177
ГУЛЯШ соль йодированная, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	76	56,69	14,6	17,7	7,8	239
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, масло - сливочное	151	11,60	5,4	3,8	33	190
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,33			22	87
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	26	2,16	1,7	0,2	10,9	52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	59	4,98	4,5	0,4	29,4	139
Итого		121,95	34,1	32,4	117,5	884
Всего		121,95	34,1	32,4	117,5	884

Зав. производством (шеф-повар)