



Директор
Поронайск
Сырогуина Л.С./

МЕНЮ

5 февраля 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	41,72	1,7	6,9	9,9	104
Пюре картофельное соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко- сливочное несоленое	150	28,88	4	5,7	24,9	164
Чай с сахаром и лимоном чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,29	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		79,12	9,6	13	72,7	438
Всего		79,12	9,6	13	72,7	438

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Юыругина Л.С./

МЕНЮ

5 февраля 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	99	41,55	1,7	6,9	9,7	103
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко- сливочное несоленое	150	28,88	4	5,7	24,9	164
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,30	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	22	1,85	1,5	0,2	9,3	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	28	2,38	2,1	0,2	14,1	66
Итого		78,95	9,6	13	72,3	436
	Обед					
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	200	29,40	7,3	11,4	12,7	178
ГУЛЯШ соль, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	75	56,05	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	14,38			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	33	2,77	2,2	0,3	14	67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	56	4,81	4,3	0,4	28,4	134
Итого		117,82	33,3	34,3	117	889
Всего		196,77	42,9	47,3	189,3	1325

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ

5 февраля 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	99	41,68	1,7	6,9	9,7	103
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	150	28,88	4	5,7	24,9	164
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,29	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	22	1,84	1,5	0,2	9,3	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	28	2,40	2,1	0,2	14,1	66
Итого		79,08	9,6	13	72,3	436
Всего		79,08	9,6	13	72,3	436

Зав. производством (шеф-повар)



Директор
Поронайск
Сыругина Л.С./

МЕНЮ

5 февраля 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	99	41,65	1,7	6,9	9,7	103
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко- сливочное несоленое	150	28,88	4	5,7	24,9	164
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,29	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	22	1,84	1,5	0,2	9,3	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	28	2,40	2,1	0,2	14,1	66
Итого		79,06	9,6	13	72,3	436
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	35,70	9,9	13,9	21,1	242
ГУЛЯШ соль, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	75	56,05	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	14,38			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	33	2,76	2,2	0,3	14	67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	56	4,80	4,3	0,4	28,4	134
Итого		124,09	35,9	36,8	125,4	953
Всего		203,15	45,5	49,8	197,7	1389

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



Директор
г. Поронайск
Сыругина Л.С./

МЕНЮ

5 февраля 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	42,08	1,7	6,9	9,7	103
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко- сливочное несоленое	150	28,88	4	5,7	24,9	164
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,29	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	22	1,85	1,5	0,2	9,3	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	28	2,38	2,1	0,2	14,1	66
Итого		79,48	9,6	13	72,3	436
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	35,66	9,9	13,9	21,1	242
ГУЛЯШ соль, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	75	56,06	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	14,37			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	31	2,60	2,1	0,3	13,1	63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	57	4,81	4,3	0,4	28,6	135
Итого		123,89	35,8	36,8	124,7	950
Всего		203,37	45,4	49,8	197	1386

Зав. производством (шеф-повар)



Директор
Поронайск
Юрugiна Л.С./

МЕНЮ

5 февраля 2025 г.

СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая 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	99	41,66	1,7	6,9	9,7	103
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко- сливочное несоленое	150	28,88	4	5,7	24,9	164
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,29	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	22	1,85	1,5	0,2	9,3	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	28	2,40	2,1	0,2	14,1	66
Итого		79,07	9,6	13	72,3	436
Всего		79,07	9,6	13	72,3	436

Зав. производством (шеф-повар)



МЕНЮ
5 февраля 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, сметана 20% жирности, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, томатная паста	250	34,95	7,9	12,1	12,7	186
ГУЛЯШ соль йодированная, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста	72	57,34	13,7	17,5	4,1	220
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	14,39			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	32	2,72	2,1	0,3	13,7	66
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	59	4,95	4,5	0,4	29,6	140
Итого		125,91	33,5	34,1	114,6	887
Всего		125,91	33,5	34,1	114,6	887

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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



МЕНЮ

5 февраля 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, сметана 20% жирности, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, томатная паста	250	35,14	8	12,1	12,8	187
ГУЛЯШ соль йодированная, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста	73	57,83	13,8	17,5	4,2	221
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, масло - сливочное	150	11,57	5,3	3,8	32,8	189
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,43			22,2	88
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	32	2,71	2,1	0,3	13,7	66
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	59	5,01	4,5	0,4	29,6	140
Итого		126,67	33,7	34,1	115,3	891
Всего		126,67	33,7	34,1	115,3	891

Зав. производством (шеф-повар)