



МЕНЮ
5 марта 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 йодированная , филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, фарш лососевый, лук репчатый	100	40,72	1,7	6,9	9,9	104
Пюре картофельное соль йодированная , картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	150	36,47	5,6	7,2	27,2	191
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		85,71	11,2	14,5	75	465
Всего		85,71	11,2	14,5	75	465

Зав. производством (шеф-повар)



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

МЕНЮ

5 марта 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 йодированная , филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, фарш лососевый, лук репчатый	106	43,98	1,7	6,9	10,1	105
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная , картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	150	36,58	5,6	7,2	27,2	191
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	19	1,60	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	31	2,64	2,4	0,2	15,6	73
Итого		89,08	11,3	14,5	75,3	466
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые	40	12,49	0,3		0,9	5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ соль йодированная , приправа, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, кури потрош. 1 категории, сметана 20% жирности	200	33,31	7	12,2	9,5	171
ГУЛЯШ соль йодированная , говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	75	56,11	14,2	17,6	7,3	235
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная , макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	150	10,46	5,3	4,6	32,8	189
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,39			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	29	2,44	1,9	0,3	12,3	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	62	5,23	4,7	0,4	30,9	146
Итого		134,42	33,4	35,1	115,5	891
Всего		223,50	44,7	49,6	190,8	1357

Зав. производством (шеф-повар)



МЕНЮ
5 марта 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 йодированная , филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, фарш лососевый, лук репчатый	106	43,96	1,7	6,9	10,1	105	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная , картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	200	48,67	7,5	9,6	36,4	255	
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	19	1,62	1,3	0,2	8,1	39	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	31	2,62	2,4	0,2	15,6	73	
Итого		101,16	13,2	16,9	84,5	530	
Всего		101,16	13,2	16,9	84,5	530	

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ

5 марта 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 йодированная , филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, фарш лососевый, лук репчатый	106	44,27	1,7	6,9	10,1	105
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная , картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	200	48,83	7,5	9,6	36,4	255
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,28	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	31	2,64	2,4	0,2	15,6	73
Итого		101,62	13,2	16,9	84,5	530
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые	40	12,50	0,3		0,9	5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ соль йодированная , приправа, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, куры потрош. 1 категории, сметана 20% жирности	250	41,08	9,9	13,9	21,1	242
ГУЛЯШ соль йодированная , говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	75	56,07	14,2	17,6	7,3	235
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная , макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	200	14,25	7,1	6	43,7	252
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,38			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	29	2,43	1,9	0,3	12,3	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	63	5,31	4,8	0,4	31,6	149
Итого		146,02	38,2	38,2	138,7	1028
Всего		247,64	51,4	55,1	223,2	1558

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



Директор
г. Поронайск
Сыругина Л.С./

МЕНЮ

5 марта 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 йодированная , филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, фарш лососевый, лук репчатый	106	44,02	1,7	6,9	10,1	105
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная , картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	200	48,70	7,5	9,6	36,4	255
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	19	1,62	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	31	2,62	2,4	0,2	15,6	73
Итого		101,25	13,2	16,9	84,5	530
	Обед					
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ огурцы грунтовые	40	12,49	0,3		0,9	5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ соль йодированная , приправа, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, кури потрош. 1 категории, сметана 20% жирности	250	41,07	9,9	13,9	21,1	242
ГУЛЯШ соль йодированная , говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	75	56,10	14,2	17,6	7,3	235
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная , макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	200	13,97	7,1	6	43,7	252
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,39			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	29	2,42	1,9	0,3	12,3	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	62	5,25	4,7	0,4	30,9	146
Итого		145,69	38,1	38,2	138	1025
Всего		246,94	51,3	55,1	222,5	1555

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



Директор

МБОУ СОШ № 2 с. Поронайск
/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

5 марта 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 йодированная , филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, фарш лососевый, лук репчатый	106	43,85	1,7	6,9	10,1	105
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная , картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	200	48,78	7,5	9,6	36,4	255
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	19	1,62	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	31	2,62	2,4	0,2	15,6	73
Итого		101,16	13,2	16,9	84,5	530
Всего		101,16	13,2	16,9	84,5	530

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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



МЕНЮ

5 марта 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, приправа, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, томатная паста	250	32,83	7,5	12	9,3	170
ГУЛЯШ соль йодированная, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	75	56,16	14,2	17,6	7,3	235
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, масло - сливочное	150	10,46	5,3	3,8	32,7	189
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,38			21,7	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,38	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	57	4,82	4,3	0,4	28,4	134
Итого		121,03	33,3	34,1	112,1	875
Всего		121,03	33,3	34,1	112,1	875

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ

5 марта 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, приправа, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, томатная паста	250	33,34	7,7	12	9,7	172
ГУЛЯШ соль йодированная, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	78	57,45	14,8	17,8	8,7	244
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, масло - сливочное	147	10,36	5,2	3,8	32,1	186
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200	14,32			21,2	84
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,52	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	57	4,82	4,3	0,4	28,4	134
Итого		122,80	34	34,3	112,8	881
Всего		122,80	34	34,3	112,8	881

Зав. производством (шеф-повар)