

Согласовано

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



МЕНЮ

22 мая 2025 г.

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Гуляш соль йодированная , говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	90	61,95	15,3	19,5	8,7	262
Каша рисовая рассыпчатая крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная , масло сладко- сливочное несоленое	150	11,66	3,4	4,4	35	190
Чай с сахаром чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	1,98	0,2		14,1	56
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
Фрукты яблоки	210	0,00				
Итого		79,83	22,5	24,3	81,4	620
Всего		79,83	22,5	24,3	81,4	620

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ

22 мая 2025 г.

1-4 кл ОВЗ



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ соль йодированная , говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт	85	56,19	13,9	18,2	8,7	246
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная , масло сладко-сливочное несоленое	150	16,83	3,4	7,6	35,1	218
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	1,98	0,2		14,1	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	22	1,83	1,4	0,2	9,2	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт	29	2,43	2,2	0,2	14,4	68
ЯБЛОКО яблоки	210	0,00				
Итого		79,27	21,1	26,2	81,5	633
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА" свекла, масло подсолнечное рафинированное	60	7,22	0,9	10,1	4,6	112
СУП ЛАПША С КУРИЦЕЙ соль йодированная , приправа, картофель, макаронные изделия высш. сорт, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории	200/21	19,36	6,5	6,5	20,2	160
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ говядина б/к, хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт, вода питьевая, лук репчатый, соль йодированная	83	42,01	11,2	8,7	6,7	143
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная , картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	154	35,19	4	8,9	25	192
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	8,55			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	33	2,76	2,2	0,3	13,9	67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт	57	4,86	4,4	0,4	28,7	136
Итого		119,96	29,2	34,9	120,9	896
Всего		199,23	50,3	61,1	202,4	1529

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ

22 мая 2025 г.

5-11



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ соль йодированная , говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	85	56,19	13,9	18,2	8,7	246
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная , масло сладко- сливочное несоленое	200	22,46	4,8	10,2	46,8	290
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	1,98	0,2		14,1	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	22	1,84	1,4	0,2	9,2	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,43	2,2	0,2	14,4	68
ЯБЛОКО яблоки	210	0,00				
Итого		84,90	22,5	28,8	93,2	705
Всего		84,90	22,5	28,8	93,2	705

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

22 мая 2025 г.

Инвалид



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ соль йодированная , говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	84	55,92	13,8	18,2	8,7	245
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная , масло сладко- сливочное несоленое	200	23,31	4,8	10,8	46,8	295
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	1,98	0,2		14,1	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	22	1,85	1,5	0,2	9,3	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,47	2,2	0,2	14,6	69
ЯБЛОКО яблоки	210	0,00				
Итого		85,53	22,5	29,4	93,5	710
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА" свекла, масло подсолнечное рафинированное	60	7,20	0,9	10,1	4,6	112
СУП ЛАПША С КУРИЦЕЙ соль йодированная , приправа, картофель, макаронные изделия высш сорт, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории	250	22,98	7	7,7	17,5	163
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, лук репчатый, соль йодированная	83	41,97	11,2	8,7	6,3	141
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная , картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	206	48,06	5,6	12,5	33,3	261
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	8,55			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	34	2,85	2,3	0,3	14,4	69
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	57	4,82	4,3	0,4	28,6	135
Итого		136,43	31,3	39,7	126,5	967
Всего		221,96	53,8	69,1	220	1677

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



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

МЕНЮ

22 мая 2025 г.

5-9 кл овз

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ соль йодированная , говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	85	56,17	13,9	18,2	8,7	246
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная , масло сладко-сливочное несоленое	200	22,45	4,8	10,2	46,8	290
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	1,98	0,2		14,1	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	22	1,84	1,4	0,2	9,2	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,43	2,2	0,2	14,4	68
ЯБЛОКО яблоки	210	0,00				
Итого		84,87	22,5	28,8	93,2	705
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА" свекла, масло подсолнечное рафинированное	60	7,23	0,9	10,1	4,6	112
СУП ЛАПША С КУРИЦЕЙ соль йодированная , приправа, картофель, макаронные изделия высш.сорт, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории	250	22,98	7	7,7	17,5	163
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, лук репчатый, соль йодированная	83	42,01	11,2	8,7	6,7	143
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная , картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	205	45,04	5,2	11,5	32,7	249
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	8,55			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	33	2,75	2,2	0,3	13,9	67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	57	4,86	4,4	0,4	28,7	136
Итого		133,42	30,9	38,7	125,9	956
Всего		218,29	53,4	67,5	219,1	1661

Зав. производством (шеф-повар)

5

МБОУ СОШ № 2
г. Поронайск

МЕНЮ

22 мая 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ соль йодированная , говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт	85	56,22	13,9	18,2	8,7	246
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная , масло сладко-сливочное несоленое	200	22,45	4,8	10,2	46,8	290
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	1,98	0,2		14,1	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	22	1,84	1,4	0,2	9,2	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,43	2,2	0,2	14,4	68
ЯБЛОКО яблоки	210	0,00				
Итого		84,92	22,5	28,8	93,2	705
Всего		84,92	22,5	28,8	93,2	705

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



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

МЕНЮ

22 мая 2025 г.

род плата 5-11 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ЛАПША С КУРИЦЕЙ соль йодированная, картофель, макаронные изделия высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к	250	37,17	10,8	9,8	22,9	215
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло -сливочное	130	33,18	5,6	8,5	26,8	211
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ сметана 20% жирности, говяжье сердце, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное	93	42,88	13,4	10	7,7	169
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ брусника , сухофрукты (смесь), вода питьевая	200	9,81				
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,52	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	60	5,03	4,6	0,4	30,1	142
Итого		130,59	36,4	29	100,2	798
Всего		130,59	36,4	29	100,2	798

Зав. производством (шеф-повар)

9

Согласовано

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

МЕНЮ

22 мая 2025 г.

ГРУППА 1-2 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ЛАПША С КУРИЦЕЙ соль йодированная, картофель, макаронные изделия высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к	250	37,55	10,9	9,8	22,9	216
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло -сливочное	131	33,97	5,7	8,6	27	214
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ сметана 20% жирности, говяжье сердце, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное	95	43,88	13,4	10,4	7,8	173
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ брусника , сухофрукты (смесь), вода питьевая	200	10,50				
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,52	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	60	5,10	4,6	0,4	30,1	142
Итого		133,53	36,6	29,5	100,5	806
Всего		133,53	36,6	29,5	100,5	806

Зав. производством (шеф-повар)