

Согласовано

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

## МЕНЮ

7 сентября 2023 г.

1-4 кл ОВЗ



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко сухое цельное 25% , соль, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	6,9	10	27,6	221
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр голландский (круглый)	15	3,6	4,6		56
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200			21,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	196	15	1,2	98,5	465
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	107	7,1	0,9	45,4	218
Итого		32,7	25	193,4	1121
<b>Обед</b>					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ картофель , крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, томатная паста	200	4,5	6,5	13,8	128
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа рисовая, вода питьевая, , соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	3,4	4,4	35	190
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое	102	13,7	19,3	2,9	229
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	200	0,3		13,8	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	229	17,5	1,4	115,1	543
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	134	8,8	1,2	56,7	273
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ капуста белокачанная, морковь красная, лук зеленый, перец зеленый сладкий, горошек зеленый консервы, лимон, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок	90	1,4	15	8,8	177
Итого		49,6	47,8	246,1	1597
Всего		82,3	72,8	439,5	2718

Зав. производством (шеф-повар)

*Сыругина Л.С.*

Согласовано



Директор  
МБОУ СОШ № 2  
Поронайск  
Савругина Л.С./

# МЕНЮ

7 сентября 2023 г.

5-9 кл ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко сухое цельное 25% , соль, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	6,9	10	27,6	221
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	12	0,1	9,9	0,1	90
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр голландский (круглый)	20	4,7	6,1		75
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ брусника , вода питьевая, сахар песок	200			21,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	196	15	1,2	98,5	465
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	107	7,1	0,9	45,4	218
Итого		33,8	28,1	193,4	1155
<b>Обед</b>					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ картофель , крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое , вода питьевая, кури потрош. 1 категории, томатная паста	250	5,5	8,1	17,4	161
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная , масло сладко-сливочное несоленое	180	4,2	5,3	42	227
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	200	0,3		13,8	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	229	17,5	1,4	115,1	543
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	134	8,8	1,2	56,7	273
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ капуста белокачанная, морковь красная, перец зеленый сладкий, горошек зеленый консервы, лимон, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок	100	1,4	15	8,8	177
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое	102	13,7	19,3	2,9	229
Итого		51,4	50,3	256,7	1667
Всего		85,2	78,4	450,1	2822

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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



МЕНЮ  
7 сентября 2023

5-11

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт</small>	164	12,5	1	82,2	388
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	64	4,2	0,6	27,2	131
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ <small>капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь красная, лук репчатый, мука пшеничная 1 сорт, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к</small>	100	7,4	9	8,5	140
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое</small>	180	4,3	6	43	237
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ <small>томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук зеленый, масло подсолнечное рафинировансе</small>	90	0,8	10,1	2,6	106
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ <small>брусника, вода питьевая, сахар песок</small>	200/24			21,8	86
Итого		29,2	26,7	185,3	1088
Всего		29,2	26,7	185,3	1088

Зав. производством (шеф-повар)



Согласовано

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

# МЕНЮ

7 сентября 2023 г.

род плата 5-11 классы



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
<b>РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ</b> картофель, крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, томатная паста	250	20,21	5,7	8,1	17,7	163
<b>КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло -сливочное	180	7,53	4,2	4,4	42	227
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	1,96	0,2		14,1	57
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	42	3,21	3,2	0,3	21,3	101
<b>ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ</b> сметана 20% жирности, мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое	90	19,33	13,5	16,9	2,5	205
<b>САЛАТ ВИТАМИННЫЙ</b> капуста белокочанная, морковь красная, лук зеленый, перец зеленый сладкий, горошек зеленый консервы, лимон, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок	91	21,65	1,4	15	8,9	178
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	32	2,38	2,1	0,3	13,4	65
<b>Итого</b>		76,26	30,3	45	119,9	996
<b>Всего</b>		76,26	30,3	45	119,9	996

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_