



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

МЕНЮ

14 сентября 2023 г.

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>	200	3,48	0,3		13,8	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	24	1,80	1,6	0,2	10,2	49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт</small>	50	3,80	3,8	0,3	25,1	118
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА <small>соль, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, творог 9 %</small>	150	83,24	1,9	8,1	16,1	140
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>масло сладко-сливочное несоленое</small>	20	18,70	0,1	16,5	0,2	150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт</small>	55	4,18	4	0,3	25,1	117
Итого		115,20	11,7	25,4	90,5	631
Всего		115,20	11,7	25,4	90,5	631

Зав. производством (шеф-повар) шаф

Согласовано



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

МЕНЮ

14 сентября 2023 г.

1-4 кл ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ пшено, вода питьевая, молоко сухое цельное 25%, соль, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	200	15,97	8,9	10	38,8	273
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр голландский (круглый)	15	11,55	3,6	4,6		56
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ лимон, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200	4,20	0,3		13,8	56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	50	3,80	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	3,00	2,6	0,4	17	82
Итого		47,86	19,1	23,6	92,5	649
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное	100	23,52	0,8	10,1	2,6	105
СВЕКОЛЬНИК С СМЕТАНОЙ сметана 20% жирности, соль йодированная, свекла, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, кури потрош 1 категории	200/5	20,11	6,4	9,3	11,1	149
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста	200	44,39	12,4	15,8	20,1	264
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	7,01			21,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	70	5,32	5,3	0,4	35,1	166
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	50	3,75	3,3	0,4	21,2	102
Итого		104,09	28,2	36	111,9	872
Всего		151,94	47,3	59,6	204,4	1521

Зав. производством (шеф-повар)

Шваф

МЕНЮ
14 сентября 2023 г.

5-11



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт</small>	50	3,80	3,8	0,3	25,1	118
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	24	1,80	1,6	0,2	10,2	49
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА <small>соль, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, творог 9 %</small>	200	110,98	2,5	10,8	21,3	186
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>масло сладко-сливочное несоленое</small>	20	18,70	0,1	16,5	0,2	150
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>	200	3,48	0,3		13,8	57
Итого		138,77	8,3	27,8	70,6	560
Всего		138,77	8,3	27,8	70,6	560

Зав. производством (шеф-повар)



МЕНЮ

14 сентября 2023 г.

5-9 кл овз

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ <small>пшено, вода питьевая, молоко сухое цельное 25%, соль, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое</small>	200	15,95	8,9	10	38,8	273
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>масло сладко-сливочное несоленое</small>	12	11,22	0,1	9,9	0,1	90
СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>сыр голландский (круглый)</small>	20	15,49	4,7	6,1		75
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ <small>лимон, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок</small>	200	4,09	0,3		13,8	56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт</small>	50	3,80	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	40	3,00	2,6	0,4	17	82
Итого		53,55	20,2	26,7	92,5	683
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ <small>огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	23,52	0,8	10,1	2,6	105
СВЕКОЛЬНИК С СМЕТАНОЙ <small>сметана 20% жирности, соль, приправа, свекла, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, кури потрош. 1 категории</small>	200/5	20,14	6,4	9,3	11,1	149
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ <small>говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста</small>	200	44,45	12,4	15,8	20,1	264
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	7,00			21,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт</small>	70	5,32	5,3	0,4	35,1	166
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	50	3,75	3,3	0,4	21,2	102
Итого		104,18	28,2	36	111,9	872
Всего		157,73	48,4	62,7	204,4	1555

Зав. производством (шеф-повар) _____

шеф



МЕНЮ

14 сентября 2023 г.

род плата 5-11 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СВЕКОЛЬНИК С СМЕТАНОЙ <small>сметана 20% жирности, соль, свекла, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, кури потрош. 1 категории</small>	250/10	24,00	8	11,7	13,9	186
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая</small>	200	8,42			21,7	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	70	5,25	4,6	0,6	29,7	143
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт</small>	55	4,19	4,2	0,3	27,6	131
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ <small>говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста</small>	200	59,33	12,4	15,8	20,1	264
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ <small>огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	23,43	0,8	10,1	2,6	105
Итого		124,62	30	38,5	115,6	915
Всего		124,62	30	38,5	115,6	915

Зав. производством (шеф-повар) _____ *Л.С. Сыругина*