

Согласовано



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

МЕНЮ

16 сентября 2023 г.

5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	24	1,80	1,6	0,2	10,2	49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	50	3,80	3,8	0,3	25,1	118
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ капуста белокачанная, морковь красная, лук зеленый, перец зеленый сладкий, горошек зеленый консервы, лимон, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок	100	26,29	1,5	15	9,1	179
ПЛОВ свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	200	33,91	11,8	24,9	39,7	418
КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ компот консервированный	200	0,00				
Итого		65,80	18,7	40,4	84,1	764
Всего		65,80	18,7	40,4	84,1	764

Зав. производством (шеф-повар)



Согласовано
 МБОУ СОД № 2, г. Поронайск
 Сыругина Л.С./

МЕНЮ

16 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 ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ <small>крупя ячневая, вода питьевая, молоко сухое цельное 25% , соль йодированная , сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое</small>	200	48,31	26	28,2	61,3	586
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	15,64	4,7	6,1		75
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	60	4,50	4	0,5	25,4	122
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	40	3,00	2,6	0,4	17	82
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>	185/15/7	3,59	0,3		14,3	58
Итого		86,25	37,7	45,1	118,1	1013
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ <small>капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, кури потрош. 1 категории, сметана 20% жирности</small>	250	32,52	8,9	15,3	11,9	214
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>макаронные изделия 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое</small>	200	12,08	7,2	6,2	42,4	249
ГУЛЯШ <small>говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная 1 сорт</small>	120	8,51	2,1	8,9	9,6	124
КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ <small>компот консервированный</small>	200	0,00				
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		62,18	26,8	31,2	120,2	855
Всего		148,43	64,5	76,3	238,3	1868

Зав. производством (шеф-повар) _____