

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День 18.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	118	4,0	0,0	25,0
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,80	49	2,0	0,0	10,0
	Фрукты		ФРУКТЫ	180	31,91	85	1,0	1,0	18,0
	Гарнир	759	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	22,89	171	5,0	8,0	21,0
		13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	12	11,22	90	0,0	10,0	0,0
		308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	100	32,47	288	18,0	24,0	3,0
	Напиток	1010	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,48	57	0,0	0,0	14,0
Обед				0	0	0	0,0	0,0	0,0
Полдник				0	0	0	0,0	0,0	0,0

Согласовано

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

# МЕНЮ

18 сентября 2023 г.

5-9 кл овз



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ</b> мука пшеничная 1 сорт, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, творог 9 %	200	103,49	3,6	7,3	16,4	141
<b>МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)</b> масло сладко-сливочное несоленое	12	11,22	0,1	9,9	0,1	90
<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ</b> яйца куриные (шт.)	40	12,61	4,8	4,3	0,3	57
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	200	3,49	0,3		13,8	57
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	3,00	2,6	0,4	17	82
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой муки 1 сорт	60	4,56	4,6	0,4	30,1	142
<b>Итого</b>		138,38	16	22,3	77,7	569
<b>Обед</b>						
<b>СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ</b> рыба сельдь тихоокеанская среднесоленая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое	100	27,56	9	18,5	2,9	214
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ</b> свинина мясная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, крупа рисовая, курица, потрош, 1 категории	250	27,51	9,6	13,6	20,7	237
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко сухое цельное 25%, масло сладко-сливочное несоленое	180	27,52	5,6	10	24,6	206
<b>НАПИТОК ЯГОДНЫЙ</b> лесная ягода мороженая, вода питьевая, сахар песок	200/24	2,22			21,8	86
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	50	3,75	3,3	0,4	21,2	102
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой муки 1 сорт	70	5,32	5,3	0,4	35,1	166
<b>ФРУКТЫ</b> яблоки	210	37,22	0,8	0,8	20,6	99
<b>РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ</b> филе минтая, вода питьевая, морковь красная, лук репчатый, петрушка (корень), сельдерея, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, лимонная кислота, сахар песок	100	24,29	0,5	4,7	4,6	62
<b>СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ</b> рыба сельдь тихоокеанская среднесоленая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое	85	23,43	7,6	15,7	2,5	182
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №364</b> вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная 1 сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок	50	2,20	0,4	2,8	3,4	40
<b>Итого</b>		181,01	42,1	66,9	157,4	1394
<b>Всего</b>		319,39	58,1	89,2	235,1	1963

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

# МЕНЮ

18 сентября 2023 г.

1-4 класс

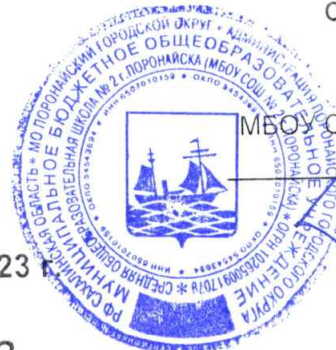


Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> <small>хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт</small>	50	3,80	3,8	0,3	25,1	118
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> <small>хлеб ржаной формовой</small>	24	1,80	1,6	0,2	10,2	49
<b>ФРУКТЫ</b> <small>яблоки</small>	180	31,91	0,7	0,7	17,6	85
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> <small>картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое</small>	150	22,89	4,8	8,4	20,5	171
<b>МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)</b> <small>масло сладко-сливочное несоленое</small>	12	11,22	0,1	9,9	0,1	90
<b>ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ</b> <small>вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная 1 сорт, лук репчатый, соль, куры потрош. 1 категории, морковь красная, горошек зеленый консервы</small>	100	32,47	18	24,1	3,2	288
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>	200	3,48	0,3		13,8	57
<b>Итого</b>		107,57	29,3	43,6	90,5	858
<b>Всего</b>		107,57	29,3	43,6	90,5	858

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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



# МЕНЮ

18 сентября 2023

1-4 кл. ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ</b> мука пшеничная 1 сорт, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, творог 9 %	150	77,60	2,6	5,5	12,4	105
<b>МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)</b> масло сладко-сливочное несоленое	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	200/15/7	3,59	0,3		14,3	58
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	3,00	2,6	0,4	17	82
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	60	4,56	4,6	0,4	30,1	142
<b>Итого</b>		98,10	10,2	14,6	73,9	462
<b>Обед</b>						
<b>СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ</b> рыба сельдь тихоокеанская среднесоленая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое	100	27,60	9	18,5	2,9	214
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ</b> морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, говядина б/к	200	18,25	5,9	7,1	1,5	89
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко сухое цельное 25%, масло сладко-сливочное несоленое	150	23,16	4,8	8,4	20,5	171
<b>НАПИТОК ЯГОДНЫЙ</b> брусника, вода питьевая, сахар песок	200/24	17,31			21,8	86
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	50	3,75	3,3	0,4	21,2	102
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	70	5,32	5,3	0,4	35,1	166
<b>ФРУКТЫ</b> яблоки	210	42,27	1	1	23,4	112
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №364</b> вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная 1 сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок	50	2,19	0,4	2,8	3,4	40
<b>РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ</b> филе минтая, вода питьевая, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок	100	24,28	0,5	4,7	4,2	60
<b>Итого</b>		164,12	30,2	43,3	134	1040
<b>Всего</b>		262,22	40,4	57,9	207,9	1502

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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



# МЕНЮ

18 сентября 2017

5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
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
ФРУКТЫ <small>яблоки</small>	210	37,22	0,8	0,8	18,7	89
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>картофель молоко сухое цельное 25% масло сладко-сливочное несоленое</small>	180	27,48	5,6	10	24,6	206
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ <small>вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная 1 сорт, лук репчатый, соль, куры потрош 1 категории, морковь красная, горошек зеленый консервы</small>	100	32,47	18	24,1	3,2	288
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>	200	3,48	0,3		13,8	57
Итого		106,26	30,1	35,4	95,6	807
Всего		106,26	30,1	35,4	95,6	807

Зав. производством (шеф-повар)



Согласовано

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

МЕНЮ

18 сентября 2023

род плата 5-11 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло -сливочное</small>	180	21,30	5,6	8,7	24,6	206
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ <small>брусника, вода питьевая, сахар песок</small>	200	17,31			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>	55	4,13	3,6	0,5	23,3	112
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ <small>рыба сельдь тихоокеанская среднесоленая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое</small>	85	25,45	7,6	15,7	2,5	182
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ <small>говядина блк, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая</small>	250	41,61	8,6	9	12,4	161
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ <small>филе минтая, вода питьевая, морковь красная, лук репчатый, петрушка (корень), томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок</small>	100	38,40	0,5	4,7	4,5	62
СОУС ТОМАТНЫЙ №364 <small>вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная 1 сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, соль, сахар, песок</small>	50	2,19	0,4	2,8	3,4	40
Итого		155,70	31,6	41,8	127,6	1015
Всего		155,70	31,6	41,8	127,6	1015

Зав. производством (шеф-повар)

