

Согласовано



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

МЕНЮ
3 октября 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 чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200	2,49	0,2		13,6	54
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	24	1,80	1,6	0,2	10,2	49
ПЛОВ говядина б/к, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	200	37,81	14	16,1	39,7	350
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ томаты грунтовые, капуста белокачанная, морковь красная, перец зеленый сладкий, горошек зеленый консервы, лимон, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок	97	30,56	2,1	15,1	10,9	189
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	50	3,80	3,8	0,3	25,1	118
Итого		76,46	21,7	31,7	99,5	760
Всего		76,46	21,7	31,7	99,5	760

Зав. производством (шеф-повар)

гсф



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

МЕНЮ

3 октября 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 <small>пшено вода питьевая, молоко сухое цельное 25%, масло сладко-сливочное несоленое</small>	200	15,97	8,9	10	38,8	273
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>масло сладко-сливочное несоленое</small>	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок</small>	200	2,49	0,2		13,6	54
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		34,61	15,4	19	92,3	591
Обед						
СВЕКОЛЬНИК С СМЕТАНОЙ <small>сметана 20% жирности, соль йодированная, свекла, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное, рафинированное, сахар песок, вода питьевая, кури потрош 1 категории</small>	200/5	18,54	6,4	9,3	11,1	149
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ <small>говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, рафинированное, томатная паста</small>	200	44,39	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
САЛАТ "СВЕКОЛКА" <small>свекла, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	10,88	1,1	10,1	6,4	120
Итого		89,87	28,5	36	115,7	887
Всего		124,48	43,9	55	208	1478

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

директор
МБОУ СОШ №2 г. Поронайск
Сыругина Л.С./**МЕНЮ**
3 октября 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 СО СМЕТАНОЙ куры потрош. 1 категории, лук репчатый, вода питьевая, свекла, картофель, морковь красная, томатная паста, масло -сливочное, сахар песок	250/25	19,47	5,6	7	8,7	123
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста	250	74,07	15,6	19,8	25,3	330
САЛАТ "СВЕКОЛКА" свекла, масло подсолнечное рафинированое	100	10,91	1,1	10,1	6,4	120
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	8,47			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	55	4,13	3,6	0,5	23,3	112
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	70	5,32	5,3	0,4	35,1	166
ФРУКТЫ апельсин	210	89,27	1,9	0,4	17	90
Итого		211,64	33,1	38,2	137,6	1027
Всего		211,64	33,1	38,2	137,6	1027

Зав. производством (шеф-повар)



Согласовано

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

МЕНЮ

3 октября 2023 г.

5-11



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	50	3,80	3,8	0,3	25,1	118
ПЛОВ говядина б/к, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	200	37,81	14	16,1	39,7	350
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	24	1,80	1,6	0,2	10,2	49
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ томаты грунтовые, капуста белокачанная, морковь красная, перец зеленый сладкий, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок	100	30,56	2,1	15,1	10,9	189
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200	2,49	0,2		13,6	54
Итого		76,46	21,7	31,7	99,5	760
Всего		76,46	21,7	31,7	99,5	760

Зав. производством (шеф-повар)

Сыругина Л.С.

Согласовано

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

МЕНЮ

3 октября 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 пшено, вода питьевая, молоко сухое цельное 25%, масло сладко-сливочное несоленое	соль, сахар, песок	200	16,02	8,9	10	38,8	273
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое		12	11,22	0,1	9,9	0,1	90
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар, песок		200	2,39	0,2		13,6	54
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничный 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			36,43	15,4	20,6	92,3	606
Обед							
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ сметана 20% жирности, соль, приправа, свекла, картофель, морковь, красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное, рафинированное, сахар, песок, вода питьевая, куриный потрош 1 категории		200/5	18,57	6,4	9,3	11,1	149
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, рафинированное, томатная паста		250	55,56	15,7	19,8	25,3	330
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар, песок, лимонная кислота, вода питьевая		200	7,00			21,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничный 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
САЛАТ "СВЕКОЛКА" свекла, масло подсолнечное рафинированное		100	10,87	1,1	10,1	6,4	120
Итого			101,07	31,8	40	120,9	953
Всего			137,50	47,2	60,6	213,2	1559

Зав. производством (шеф-повар)

