

Согласовано



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

МЕНЮ

23 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 МЯГКАЯ ВЯЗКАЯ <small>крупа манная высшего сорта, соль йодированная, сахар песок, молоко сухое цельное 25%</small>	200	15,54	7,9	9,3	34,9	246
МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) <small>масло сливочное высшего сорта несоленое</small>	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЙМИ) <small>сыр твердый (чеддер)</small>	15	8,77	3,6	4,6		56
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный 1 сорт, вода питьевая, сахар песок</small>	185/15	2,45	0,2		13	52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничный высшего сорта мука 1 сорт</small>	60	4,56	4,6	0,4	30,1	142
ХЛЕБ РАЖИТНЫЙ <small>хлеб ражма высшего сорта</small>	40	3,00	2,6	0,4	17	82
Итого:		43,67	19	23	95,1	653
Обед						
ГУЛЯШЬ <small>говядина вырезка высшего сорта, морковь, лук репчатый, томатный соус, картофельная мука 1 сорт</small>	75	6,21	1,6	6,7	7,2	93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничный высшего сорта мука 1 сорт</small>	70	5,32	5,3	0,4	35,1	166
КАША <i>рисовая</i> РАССЫПЧАТАЯ <small><i>рисовая</i> каша, вода питьевая, соль, масло сливочное</small>	150	13,19	8,5	6,7	36,8	235
ХЛЕБ РАЖИТНЫЙ <small>хлеб ражма высшего сорта</small>	50	3,75	3,3	0,4	21,2	102
ФРУКТ <small>яблоки</small>	210	37,21	0,8	0,8	20,6	99
КОМПОЗИЦИЯ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	7,01			21,8	86
СУП ПОРЦИОННЫЙ <small>картофель высшего сорта, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, укроп, вода питьевая, курица филе, картофель</small>	200	11,70	7,1	6,7	15,3	145
Итого:		84,39	26,6	21,7	158	926
Всего:		128,05	45,6	44,7	253,1	1579

Составлено по рецептам (шеф-повар)

Шеф

Согласовано

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



МЕНЮ

23 октября 2023 г.

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничный высшего сорта мука 1 сорт</small>	50	3,80	3,8	0,3	25,1	118
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб ржаноз-пшеничный</small>	24	1,80	1,6	0,2	10,2	49
СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>сок яблочный</small>	200	15,30	1	0,2	20,2	92
ФРУКТЫ <small>яблоки</small>	180	31,91	0,7	0,7	17,6	85
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>макаронные изделия 1 сорт, масло подсолнечное рафинированное</small>	150	9,17	5,6	4,6	32,7	190
СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360 <small>вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная 1 сорт, лук репчатый, петрушка (корень), соль поваренная, перец черный горошком</small>	50	0,79	0,3	2,8	2	34
КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, МЯСНЫЕ <small>говядина бланшированная, мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	45,74	17,8	19,4	14,6	292
Итого		108,51	30,8	28,2	122,4	860
Всего		108,51	30,8	28,2	122,4	860

Зав. производством (шеф-повар)

шеф

Согласовано

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

МЕНЮ

23 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						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	8,47			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	55	4,13	3,5	0,5	23,3	112
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб пшенично-ржаной мука 1 сорт</small>	89	6,77	6,3	0,6	44,7	211
ФРУКТЫ <small>яблоки</small>	100	23,73	0,4	0,4	9,8	47
СУП ГОРОХОВЫЙ <small>курица потрош. 1 категории, картофель клубн. корнеплоды лук репчатый морковь красная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая</small>	250	25,72	12,6	12,2	18,9	228
КАША <i>рисовая</i> АССЫПЧАГАЯ <i>крупа рисовая</i> <small>вода питьевая соль, масло сливочное</small>	180	14,58	10,2	6,9	44,1	282
ГУЛЯШ <small>говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый томатная паста, мука пшеничная 1 сорт</small>	100	113,03	25,9	29,2	9,6	388
Итого		196,42	59,5	49,8	172,2	1354
Всего		196,42	59,5	49,8	172,2	1354

Зав. производством (шеф-повар)

шеф

Согласовано



Директор
Поронайск
Свибулина Л.С.

МЕНЮ

23 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 МАННАЯ ВЯЗКАЯ <small>крупа манная, вода питьевая, соль поваренная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко сухое цельное 3,2%</small>	200	15,53	7,9	9,3	34,9	240
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	11,82	4,7	6,1		75
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>	200	3,93	0,3		13,8	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничный формовой мука 1 сорт</small>	60	4,53	4,6	0,4	30,1	142
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	40	3,00	2,6	0,4	17	82
Итого		50,07	20,2	26,1	95,9	692
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ <small>картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, фасоль, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, курица ц/к, 1 категория</small>	250	14,64	8,7	8,2	19	181
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничный формовой мука 1 сорт</small>	70	5,32	5,3	0,4	35,1	166
ФРУКТЫ <small>яблоки</small>	210	37,22	0,8	0,8	20,6	99
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	50	3,75	3,3	0,4	21,2	102
ГУЛЯШ <small>говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная 1 сорт</small>	100	8,32	2,1	8,9	9,6	124
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	7,00			21,3	86
КАША <i>рисовая, раскатаная, крупа рисовая</i> <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое</small>	180	15,53	10,2	8	44,1	282
Итого		91,78	30,4	26,7	171,4	1040
Всего		141,85	50,6	52,8	267,3	1732

Зав. производством (шеф-повар)

Шу