

Согласовано

Директор  
ОШ № 2 г. Поронайск  
Сыругина Л.С./



# МЕНЮ

9 ноября 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	3,79	3,8	0,3	25	118
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> <small>хлеб ржаной формовой</small>	21	1,59	1,4	0,2	9	43
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок</small>	200/15	1,74	0,1		13,8	55
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ</b> <small>капуста белокачанная, лимонная кислота, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь красная, лук репчатый, лавровый лист, перец сладкий, мука пшеничная 1 сорт, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к</small>	100	38,61	11,1	13,9	8,9	198
<b>КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое</small>	150	10,18	3,5	5	35,7	198
<b>Итого</b>		55,92	19,9	19,4	92,4	612
<b>Всего</b>		55,92	19,9	19,4	92,4	612

Зав. производством (шеф-повар)

*Щу*

Согласовано

Директор  
г. Поронайск  
Сыругина Л.С./

## МЕНЮ

9 ноября 2023 г.

1-4 кл. ОБЗ



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" <small>овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко сухое цельное, 25%, соль, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое</small>	200	13,66	6,9	10	27,6	221
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>масло сладко-сливочное несоленое</small>	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>сыр голландский (круглый)</small>	15	8,77	3,6	4,6		56
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ <small>брусника, вода питьевая, сахар песок</small>	200	2,22			21,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт</small>	60	4,56	4,6	0,4	30,1	142
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	35	2,63	2,3	0,3	14,8	71
Итого		41,18	17,5	23,6	94,4	651
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ <small>картофель, крупа перловая, морковь, красный лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, курица, построй. 1 категории, томатная паста</small>	200	14,47	4,5	6,5	13,8	128
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое</small>	150	9,32	3,4	4,4	35	190
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>	200	1,92	0,1		13,3	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт</small>	70	5,32	5,3	0,4	35,1	166
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ <small>свинина мясная, хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт, вода питьевая, лук репчатый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, молоко сухое цельное 25%</small>	31	2,34	1,6	0,6	7,7	42
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	44	3,30	2,9	0,4	18,7	90
Итого		36,65	17,8	12,3	123,6	669
Всего		77,83	35,3	35,9	218	1320

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



Директор  
Дорнойск  
Сыдуина Л.С./

# МЕНЮ

9 ноября 2023 г.

5-11

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	3,79	3,8	0,3	25	118
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> <small>хлеб ржаной формовой</small>	21	1,59	1,4	0,2	9	43
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар пресск, лимон</small>	185/15/7	1,75	0,1		13,8	55
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ</b> <small>капуста белокочанная, лимонная кислота, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, морковь красная, лук репчатый, лавровый лист, перец молотый, мука пшеничная 1 сор 1, сахар пресск, вода питьевая, говядина б/к</small>	100	33,63	11,1	13,9	8,9	198
<b>КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое</small>	180	12,18	4,3	6	43	237
<b>Итого</b>		52,94	20,7	20,4	99,7	651
<b>Всего</b>		52,94	20,7	20,4	99,7	651

Зав. производством (шеф-повар)

*И.С.*

Согласовано



# МЕНЮ

9 ноября 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>						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" <small>овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко сухое цельное 25%, соль, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое</small>	200	13,64	6,9	10	27,6	221
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	11,78	4,7	6,1		75
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ <small>брусника, вода питьевая, сахар песок</small>	200	2,22			21,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт</small>	60	4,55	4,6	0,4	30,1	142
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	35	2,64	2,3	0,3	14,8	71
<b>Итого</b>		<b>46,06</b>	<b>18,6</b>	<b>26,7</b>	<b>94,4</b>	<b>685</b>
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ <small>картофель, крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, хурма, потрош. 1 категории, томатная паста</small>	250	18,14	5,5	8,1	17,4	161
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое</small>	180	11,12	4,2	5,3	42	227
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>	200	1,73	0,1		13,3	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт</small>	70	5,30	5,3	0,4	35,1	166
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ <small>свинина мясная, хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт, вода питьевая, лук репчатый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, молоко сухое цельное 25%</small>	31	2,33	1,6	0,6	7,7	42
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	44	3,31	2,9	0,4	18,7	90
<b>Итого</b>		<b>41,92</b>	<b>19,6</b>	<b>14,8</b>	<b>134,2</b>	<b>739</b>
<b>Всего</b>		<b>87,98</b>	<b>38,2</b>	<b>41,5</b>	<b>228,6</b>	<b>1424</b>

Зав. производством (шеф-повар)

*Щу*

Согласовано



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

# МЕНЮ

9 ноября 2023 г.

род плата 5-11 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
<b>РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ</b> картофель, крупа перловая, морковь, красная капуста, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, курдючный потрош, 1 категории, томатная паста	250	20,55	4,2	5,4	28,8	176
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сливочное	180	12,16	15,3	3,9	66,3	354
<b>ПТИЦА, ТУШЕННАЯ СОУСЕ</b> мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, бройлерный филе, потрош, 1 категории, масло подсолнечное рафинированное	90	22,14	10	12,3		143
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	6,83	0,3		41,5	166
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	55	4,13	3,6	0,5	23,3	112
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб ржаной формовой	70	5,25	4,6	0,6	29,7	143
<b>Итого</b>		71,05	38	22,7	189,6	1094
<b>Всего</b>		71,05	38	22,7	189,6	1094

Зав. производством (шеф-повар)

*Сыругина Л.С.*