

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День 12.12.2023

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
	Напиток	438	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200/24	17,31	86	0,0	0,0	22,0
		632	ГУЛЯШ	100	8,19	124	2,0	9,0	10,0
		405	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,99	198	4,0	5,0	36,0
Обед				0	0	0	0,0	0,0	0,0
Полдник				0	0	0	0,0	0,0	0,0

Согласовано



Директор
г. Поронайск
Сыругина Л.С./

МЕНЮ

12 декабря 2023 г.

5-9 кл. овз

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА <small>соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, творог 5%</small>	200	107,02	2,5	10,8	21,3	186
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>масло сладко-сливочное несоленое</small>	12	11,22	0,1	9,9	0,1	90
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ <small>яйца куриные (шт.)</small>	40	12,63	4,8	4,3	0,3	57
КАКЛО С МОЛОКОМ <small>квасок-норовок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок</small>	200	5,95	3,8	3	23	131
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшенич. формовой мука 1 сорт</small>	60	4,56	4,6	0,4	30,1	142
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	40	3,00	2,6	0,4	17	82
Итого		143,48	18,4	28,8	91,8	688
Обед						
РИС ОТВАРНОЙ <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое</small>	180	15,38	5,6	6,2	57,2	301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшенич. 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
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	7,00			21,8	86
СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ <small>фасоль, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, петрушка, кислота, петрушка (зелень), вода питьевая, специи соль</small>	250	49,58	16,8	11,5	21,9	254
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ <small>говядина б/к, хлеб пшенич. формовой мука 1 сорт, яйца куриные, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	45,76	17,8	19,4	14,6	292
Итого		126,81	48,3	37,9	171,8	1201
Всего		270,30	67,2	66,7	263,6	1889

Зав. производством (шеф-повар)

Л.С.

Согласовано



МЕНЮ

12 декабря 2023 г.

5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничный формовой мука 1 сорт</small>	50	3,80	3,8	0,3	25,1	118
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	24	1,80	1,6	0,2	10,2	49
ГУЛЯШ <small>говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная 1 сорт</small>	75	6,15	1,6	6,7	7,2	93
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ <small>брусника, вода питьевая, сахар песок</small>	200/24	17,31			21,8	86
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сливочное-звездочное несоленое</small>	180	13,16	4,3	6	43	237
Итого		42,22	11,3	13,2	107,3	583
Всего		42,22	11,3	13,2	107,3	583

Зав. производством (шеф-повар)

Шеф

Согласовано



Директор
г. Поронайск
/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

12 декабря 2023 г.

1-4 кл. ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>масло сладко-сливочное несоленое</small>	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	40	3,00	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничный формовой мука 1 сорт</small>	60	4,56	4,6	0,4	30,1	142
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА <small>соль, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, творог 9%</small>	150	83,36	1,9	8,1	16,1	140
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок</small>	200/15	1,97	0,2		14,1	56
МОЛОКО <small>молоко пастер. 2.5% жирности</small>	200	0,00	5,8	5	9,2	102
Итого		102,24	15,2	22,2	86,6	597
Обед						
СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ <small>фасоль, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, лимонная кислота, вода питьевая, говядина б/к</small>	250	37,08	16,7	11,5	21,6	252
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничный формовой мука 1 сорт</small>	70	5,32	5,3	0,4	35,1	166
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ <small>говядина б/к, хлеб пшеничный формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	45,82	17,8	19,4	14,6	292
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	50	3,75	3,3	0,4	21,2	102
РИС ОТВАРНОЙ <small>крупа рисовая, соль, масло сладко-сливочное несоленое</small>	150	12,18	3,6	6	36,5	209
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	7,01			21,8	86
Итого		111,15	46,7	37,7	150,8	1107
Всего		213,39	61,9	59,9	237,4	1704

Зав. производством (шеф-повар)

Шеф

Согласовано



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

МЕНЮ

12 декабря 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 пшеничн. фермовой мука 1 сорт</small>	50	3,80	3,8	0,3	25,1	118
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной фермовой</small>	24	1,80	1,6	0,2	10,2	49
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ <small>брусника, вода питьевая, сахар песок</small>	200/24	17,31			21,8	86
ГУЛЯШ <small>свинина мясная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная 1 сорт</small>	100	8,19	2,1	8,9	9,6	124
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое</small>	150	10,99	3,5	5	35,7	198
Итого		42,09	11	14,4	102,4	575
Всего		42,09	11	14,4	102,4	575

Зав. производством (шеф-повар)

Шеф

Согласовано

директор
Поронайск
Сыругина Л.С./

МЕНЮ

12 декабря 2023 г.

род плата 5-11 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ <small>фасоль, лук репчатый, масло -сливочное, лук-порей, картофель, вода питьевая, говядина б/к</small>	250	78,85	19,8	15,8	13,7	275
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, МЯСНЫЕ <small>говядина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, яйца куриц.варенные, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное</small>	146	128,62	30,2	30,9	8,6	415
КАША РИСОВАЯ <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло -сливочное</small>	180	13,17	4,3	4,9	43	237
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	8,47			21,7	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	55	4,13	3,6	0,5	23,3	112
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт</small>	70	5,32	5,3	0,4	35,1	166
Итого		238,56	63,2	52,5	145,4	1291
Всего		238,56	63,2	52,5	145,4	1291

Зав. производством (шеф-повар)