

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День 20.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	342	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	100	23,28	180	6,0	14,0	9,0
	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	1009	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	1,97	56	0,0	0,0	14,0
		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
МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск
/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

20 декабря 2023 г.

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь красная, лук репчатый, мука пшеничная 1 сорт, сахар песок, вода питьевая, свинина мясная	100	23,28	6,1	14,2	8,5	180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	50	3,80	3,8	0,3	25,1	118
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	24	1,80	1,6	0,2	10,2	49
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	1,97	0,2		14,1	56
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	10,99	3,5	5	35,7	198
Итого		41,83	15,2	19,7	93,6	601
Всего		41,83	15,2	19,7	93,6	601

Зав. производством (шеф-повар)

Сыругина Л.С.

Согласовано



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

МЕНЮ

20 декабря 2023 г.

1-4 кл ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ <small>брусника , вода питьевая, сахар песок</small>	200	17,31			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>	40	3,00	2,6	0,4	17	82
Итого		47,88	14,2	19,1	96,6	606
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ <small>картофель крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош 1 категории, томатная паста</small>	200	14,45	4,5	6,5	13,8	128
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое</small>	150	10,11	3,4	4,4	35	190
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>	200	3,33	0,3		13,8	57
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
Итого		36,95	16,8	11,7	118,9	643
Всего		84,83	31	30,8	215,5	1249

Зав. производством (шеф-повар)

С.С.С.

Согласовано

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

МЕНЮ

20 декабря 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
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	24	1,80	1,6	0,2	10,2	49
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	3,46	0,3		14,3	58
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, морковь красная, лук репчатый, мука пшеничная 1 сорт, сахар песок, вода питьевая, свинина мясная	100	23,27	6,1	14,2	8,5	180
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	180	13,16	4,3	6	43	237
Итого		45,50	16,1	20,7	101,1	642
Всего		45,50	16,1	20,7	101,1	642

Зав. производством (шеф-повар)





Согласовано

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

МЕНЮ

20 декабря 2023 г.

5-9 кл овз

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ <small>брусника, вода питьевая, сахар, песок</small>	200	17,31			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>	40	3,00	2,6	0,4	17	82
Итого		49,73	14,2	20,7	96,6	621
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ <small>картофель, крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, томатная паста</small>	250	18,12	5,5	8,1	17,4	161
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое</small>	180	12,13	4,2	5,3	42	227
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>	200	3,36	0,3		13,8	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт</small>	70	5,32	5,3	0,4	35,1	166
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ <small>вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная 1 сорт, лук репчатый, петрушка (корень), соль, лавровый лист, перец черный горошком, кури потрош. 1 категории, картофель, морковь красная, горошек зеленый консервы</small>	100	19,89	11,9	17,3	9,2	230
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	50	3,75	3,3	0,4	21,2	102
Итого		62,57	30,5	31,5	138,7	943
Всего		112,30	44,7	52,2	235,3	1564

Зав. производством (шеф-повар)