

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод
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	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	15,30	92	1,0	0,0	20,0
			ФРУКТЫ	180	31,91	85	1,0	1,0	18,0
	Гарнир	442	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	9,17	190	6,0	5,0	33,0
		360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	50	0,82	34	0,0	3,0	2,0
	2-е блюдо	658	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, МЯСНЫЕ	100	45,78	292	18,0	19,0	15,0
Обед				0	0	0	0,0	0,0	
Полдник				0	0	0	0,0	0,0	

Согласовано

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

МЕНЮ

25 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						
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песск, лимонная кислота, вода питьевая	200	8,47			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	55	4,13	3,6	0,5	23,4	112
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	89	6,77	6,8	0,6	44,7	211
ЯБЛОКО яблоки	100	23,74	0,4	0,4	9,8	47
СУП ГОРОХОВЫЙ куры потрош. 1 категории, картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	250	25,62	12,6	12,2	19	229
КАША РИСОВАЯ крупа рисовая, вода питьевая, соль	180	8,92	5,6	0,8	57,1	254
ГУЛЯШ говядина б/к, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная 1 сорт	100	112,84	25,9	29,2	9,7	388
Итого		190,49	54,9	43,7	185,5	1327
Всего		190,49	54,9	43,7	185,5	1327

Зав. производством (шеф-повар)

Чес

Согласовано

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

МЕНЮ

25 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. 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
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 сладко-сливочное несоленое</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, лавровый лист, перец черный горошком</small>	50	0,82	0,3	2,8	2	34
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, МЯСНЫЕ <small>говядина б/к, хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	45,78	17,8	19,4	14,6	292
Итого		108,58	30,8	28,2	122,4	860
Всего		108,58	30,8	28,2	122,4	860

Зав. производством (шеф-повар)

Л.С.

Согласовано

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

МЕНЮ

25 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	0,00	3,8	0,3	25,1	118
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	24	0,00	1,6	0,2	10,2	49
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок яблочный	200	0,00	1	0,2	20,2	92
ФРУКТЫ яблоки	210	0,00	0,8	0,8	20,6	99
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое	180	0,00	6,7	5,4	39,2	228
СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360 вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная 1 сорт, лук репчатый, соль	50	0,00	0,3	2,8	1,9	34
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, МЯСНЫЕ говядина б/к, хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое	100	0,00	16,5	19,4	8,6	263
Итого		0,00	30,7	29,1	125,8	883
Всего		0,00	30,7	29,1	125,8	883

Зав. производством (шеф-повар)



Согласовано

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

МЕНЮ

25 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 МАННАЯ ВЯЗКАЯ <small>крупка манная, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко сухое цельное 25%</small>	200	15,60	7,9	9,3	34,9	246
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	11,83	4,7	6,1		75
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>	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
МОЛОКО <small>молоко пастер 2,5% жирности</small>	200	0,00	5,8	5	9,2	102
Итого		49,57	26	31,1	105,1	794
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ <small>картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры потрош. 1 категории</small>	250	14,67	8,7	8,2	19	181
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
ГУЛЯШ <small>говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная 1 сорт</small>	100	8,19	2,1	8,9	9,6	124
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	7,00			21,8	86
РИС ОТВАРНОЙ <small>крупка рисовая, соль, масло сладко-сливочное несоленое</small>	150	12,18	3,6	6	36,5	209
Итого		51,11	23	23,9	143,2	868
Всего		100,67	49	55	248,3	1662

Зав. производством (шеф-повар)