

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День 16.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Холодное блюдо	81	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	9,23	117	2,0	6,0	14,0
		642	ПЛОВ	200	35,87	418	12,0	25,0	40,0
	Напиток	1009	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	2,56	56	0,0	0,0	14,0
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	41	1,0	0,0	9,0
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	71	2,0	0,0	15,0
Обед	Холодное блюдо	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	21,67	220	5,0	20,0	6,0
		92	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	38,81	136	9,0	3,0	18,0
		632	ГУЛЯШ	90	49,97	243	15,0	18,0	7,0
		323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,43	228	9,0	6,0	37,0
	Напиток	401	КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	200	12,45	72	0,0	0,0	18,0
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,25	61	2,0	0,0	13,0
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,56	142	5,0	0,0	30,0

Школа

МБОУ СОШ №2 г. Поронайск

Отд./кор

День 16.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед		197	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	26,95	170	8,0	12,0	9,0
		632	ГУЛЯШ	87	101,15	332	23,0	26,0	5,0
		405	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,62	235	9,0	6,0	37,0
	Напиток	1010	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,71	59	0,0	0,0	14,0
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	2,19	60	2,0	0,0	12,0
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,56	142	5,0	0,0	30,0



Согласовано

директор
МБОУ СОШ №21
Поронайск
Сыругина Л.С./

МЕНЮ

16 февраля 2024 г.

род плата 5-11 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ куры потрош. 1 категории, соль, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, сметана 20% жирности, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста	250	26,95	7,5	12	9,3	170
ГУЛЯШ говядина блк, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста	87	101,15	22,7	26,1	4,9	332
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сливочное	150	12,62	8,5	5,8	36,8	235
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,71	0,3		14,4	59
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	29	2,19	1,9	0,3	12,4	60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	60	4,56	4,6	0,4	30,1	142
Итого		152,17	45,5	44,6	107,9	998
Всего		152,17	45,5	44,6	107,9	998

Зав. производством (шеф-повар) Тимошин

Согласовано

Директор
МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск
/Сыругина Л.С./**МЕНЮ**
16 февраля 2024 г.

5-9 кл овз



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ морковь красная, капуста белокочанная, кукуруза, вода питьевая, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	100	9,23	2,2	5,6	14,4	117
ПЛОВ соль, свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	200	35,85	11,8	24,9	39,7	418
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	2,56	0,2		14,1	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,50	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	30	2,28	2,3	0,2	15,1	71
Итого		51,41	17,8	30,9	91,8	703
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ свекла, сыр голландский (круглый), чеснок, масло подсолнечное рафинированное, соль	100	21,66	4,6	19,7	6,1	220
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая сайра бланширован.	250	38,81	9,3	3,3	18	136
ГУЛЯШ говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная 1 сорт	90	49,97	15,1	18,2	7,2	243
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	11,50	8,5	5,9	36,7	228
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника, сахар песок, вода питьевая	200	12,43			18,2	72
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,25	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	60	4,56	4,6	0,4	30,1	142
Итого		141,17	44,1	47,8	129	1102
Всего		192,58	61,9	78,7	220,8	1805

Зав. производством (шеф-повар)



Согласовано

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

МЕНЮ

16 февраля 2024 г.

5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ морковь красная, капуста белокочанная, кукуруза, вода питьевая, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	100	9,22	2,2	5,6	14,4	117
ПЛОВ соль, свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	200	35,87	11,8	24,9	39,7	418
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	2,56	0,2		14,1	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,50	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт	30	2,28	2,3	0,2	15,1	71
Итого		51,43	17,8	30,9	91,8	703
Всего		51,43	17,8	30,9	91,8	703

Зав. производством (шеф-повар)



Согласовано

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

МЕНЮ

16 февраля 2024 г.

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ <small>морковь красная, капуста белокочанная, кукуруза, вода питьевая, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	9,23	2,2	5,6	14,4	117
ПЛОВ <small>соль, свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатная паста</small>	200	35,87	11,8	24,9	39,7	418
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок</small>	200/15	2,56	0,2		14,1	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	20	1,50	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт</small>	30	2,28	2,3	0,2	15,1	71
Итого		51,43	17,8	30,9	91,8	703
Всего		51,43	17,8	30,9	91,8	703

Зав. производством (шеф-повар)

Аменаш