

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День 07.03.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|----------------|--------|---------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Холодное блюдо | 18 | НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦОМ И ПОМИДОРОМ | 100 | 21,93 | 17 | 1,0 | 0,0 | 3,0 |
| | 2-е блюдо | 284 | ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) | 90 | 32,91 | 231 | 10,0 | 18,0 | 10,0 |
| | Гарнир | 141 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 150 | 13,66 | 121 | 3,0 | 6,0 | 15,0 |
| | Напиток | 1009 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200/15 | 6,79 | 101 | 1,0 | 1,0 | 22,0 |
| | 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 | | | | 0 | 0 | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |

Школа

МБОУ СОШ №2 г. Поронайск

Отд./кор

День 07.03.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Обед | | | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 250 | 34,80 | 211 | 11,0 | 4,0 | 33,0 |
| | | 632 | ГУЛЯШ | 71 | 83,91 | 283 | 19,0 | 23,0 | 3,0 |
| | | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 11,60 | 225 | 8,0 | 5,0 | 36,0 |
| | Напиток | 1010 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/15/7 | 4,78 | 59 | 0,0 | 0,0 | 14,0 |
| | 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 |

Согласовано

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

МЕНЮ

7 марта 2024 г.

1-4 кл ОВЗ



| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦОМ И ПОМИДОРОМ <small>огурцы грунтовые, томаты грунтовые</small> | 100 | 22,26 | 0,9 | 0,1 | 3,2 | 20 |
| ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) <small>свинина мясная, соль, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная 1 сорт</small> | 113 | 44,86 | 13,8 | 25,8 | 10,1 | 314 |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ <small>мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист</small> | 150 | 13,67 | 2,7 | 5,8 | 15,1 | 121 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок</small> | 200/15 | 6,37 | 1,2 | 1 | 20,9 | 96 |
| 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 | | 90,94 | 22,2 | 33,1 | 72,9 | 663 |
| Обед | | | | | | |
| НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦОМ И ПОМИДОРОМ <small>огурцы грунтовые, томаты грунтовые</small> | 100 | 22,26 | 0,9 | 0,1 | 3,2 | 20 |
| СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ <small>соль, крупа перловая, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сайра бланширован</small> | 200 | 32,18 | 8 | 2,8 | 17,5 | 123 |
| ГУЛЯШ <small>говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная 1 сорт</small> | 90 | 49,97 | 15,1 | 18,2 | 7,2 | 243 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое</small> | 150 | 11,77 | 8,3 | 6,1 | 35,9 | 225 |
| КОМПОТ ЯГОДНЫЙ <small>брусника, вода питьевая, сахар, песок</small> | 200 | 11,40 | | | 21,8 | 86 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small> | 30 | 2,25 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт</small> | 60 | 4,56 | 4,6 | 0,4 | 30,1 | 142 |
| Итого | | 134,38 | 38,9 | 27,9 | 128,4 | 900 |
| Всего | | 225,32 | 61,1 | 61 | 201,3 | 1563 |

Зав. производством (шеф-повар)

Мещанин

Согласовано

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

МЕНЮ

7 марта 2024 г.

5-11

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|--------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦОМ И ПОМИДОРОМ огурцы грунтовые, томаты грунтовые | 100 | 22,27 | 0,9 | 0,1 | 3,2 | 20 |
| ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная 1 сорт | 113 | 44,74 | 13,8 | 25,8 | 10,1 | 314 |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист | 150 | 13,67 | 2,7 | 5,8 | 15,1 | 121 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок | 200/15 | 6,35 | 1,2 | 1 | 20,9 | 96 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой | 20 | 1,50 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 41 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничный формовой мука 1 сорт | 30 | 2,28 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71 |
| Итого | | 90,81 | 22,2 | 33,1 | 72,9 | 663 |
| Всего | | 90,81 | 22,2 | 33,1 | 72,9 | 663 |

Зав. производством (шеф-повар)





Согласовано

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

МЕНЮ

7 марта 2024 г.

5-9 кл овз

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | |
|---|--------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|--|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦОМ И ПОМИДОРОМ <small>огурцы грунтовые, томаты грунтовые</small> | 100 | 22,28 | 0,9 | 0,1 | 3,2 | 20 | |
| ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) <small>свинина мясная, соль, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная 1 сорт</small> | 113 | 44,77 | 13,8 | 25,8 | 10,1 | 314 | |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ <small>мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист</small> | 150 | 13,64 | 2,7 | 5,8 | 15,1 | 121 | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок</small> | 200/15 | 6,36 | 1,2 | 1 | 20,9 | 96 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовый</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 | | 90,83 | 22,2 | 33,1 | 72,9 | 663 | |
| Обед | | | | | | | |
| НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦОМ И ПОМИДОРОМ <small>огурцы грунтовые, томаты грунтовые</small> | 100 | 22,28 | 0,9 | 0,1 | 3,2 | 20 | |
| СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ <small>соль, крупа перловая, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сайра бланширован</small> | 250 | 40,19 | 9,9 | 3,4 | 21,6 | 153 | |
| ГУЛЯШ <small>говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная 1 сорт</small> | 90 | 49,97 | 15,1 | 18,2 | 7,2 | 243 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое</small> | 150 | 11,77 | 8,3 | 6,1 | 35,9 | 225 | |
| КОМПОТ ЯГОДНЫЙ <small>брусника, вода питьевая, сахар песок</small> | 200 | 11,43 | | | 21,8 | 86 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small> | 30 | 2,25 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт</small> | 60 | 4,56 | 4,6 | 0,4 | 30,1 | 142 | |
| Итого | | 142,44 | 40,8 | 28,5 | 132,5 | 930 | |
| Всего | | 233,27 | 63 | 61,6 | 205,4 | 1593 | |

Зав. производством (шеф-повар)

Власов



МЕНЮ

7 марта 2024 г.

1-4 класс

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦОМ И ПОМИДОРОМ <small>огурцы грунтовые, томаты грунтовые</small> | 100 | 21,93 | 0,9 | 0,1 | 2,9 | 17 |
| ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) <small>свинина мясная, соль, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная 1 сорт</small> | 90 | 32,91 | 10,3 | 17,7 | 10,1 | 231 |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ <small>мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист</small> | 150 | 13,66 | 2,7 | 5,8 | 15,1 | 121 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>молоко стуженное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок</small> | 200/15 | 6,79 | 1,2 | 1,2 | 21,7 | 101 |
| 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 | | 79,07 | 18,7 | 25,2 | 73,4 | 582 |
| Всего | | 79,07 | 18,7 | 25,2 | 73,4 | 582 |

Зав. производством (шеф-повар) Мещанин

Согласовано

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



МЕНЮ

7 марта 2024 г.

род плата 5-11 классы

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|----------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | |
| СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ вода питьевая, приправа, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, лук репчатый, морковь красная, картофель, рыбн.консервы в масле сайра бланширован., соль | 250 | 34,80 | 11,3 | 4,4 | 32,8 | 211 |
| ГУЛЯШ соль, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста | 71 | 83,91 | 18,7 | 23,2 | 2,8 | 283 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сливочное | 150 | 11,60 | 8,3 | 5,3 | 35,9 | 225 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон | 185/15/7 | 4,78 | 0,3 | | 14,3 | 59 |
| 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 | | 141,90 | 45,2 | 33,6 | 128,6 | 981 |
| Всего | | 141,90 | 45,2 | 33,6 | 128,6 | 981 |

Зав. производством (шеф-повар)

Степанов