

Согласовано



Директор  
МБОУ СОШ № 21 Горонайск  
Сырудина Л.С./

## МЕНЮ

13 марта 2024 г.

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ПОМИДОРОМ <small>томаты грунтовые</small>	65	16,14	0,7	0,1	2,5	16
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ <small>молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, филе минтая, лук репчатый, сыр голландский (круглый), масло подсолнечное рафинированное</small>	100	53,82	6,4	18,2	13,6	236
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое</small>	150	28,03	5,6	7,2	27,2	191
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>	185/15/7	4,60	0,3		14,3	58
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		106,37	16,6	25,9	81,2	613
Всего		106,37	16,6	25,9	81,2	613

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



Директор  
МБОУ СОШ № 2 г. Геронайск  
Сыруина Л.С./

# МЕНЮ

13 марта 2024 г.

5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ПОМИДОРОМ</b> томаты грунтовые	65	16,14	0,7	0,1	2,5	16
<b>РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ</b> соль, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, филе минтая, лук репчатый, сыр голландский (круглый), масло подсолнечное рафинированное	100	53,83	6,4	18,2	13,6	236
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	150	28,06	5,6	7,2	27,2	191
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,60	0,3		14,3	58
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовый	20	1,50	1,3	0,2	8,5	41
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,25	2,3	0,2	14,8	70
<b>Итого</b>		106,38	16,6	25,9	80,9	612
<b>Всего</b>		106,38	16,6	25,9	80,9	612

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_

Согласовано



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

# МЕНЮ

13 марта 2024 г.

1-4 кл ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ПОМИДОРОМ томаты грунтовые	65	16,14	0,7	0,1	2,5	16
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, филе минтая, лук репчатый, сыр голландский (круглый), масло подсолнечное рафинированное	100	53,86	6,4	18,2	13,6	236
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	150	28,00	5,6	7,2	27,2	191
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,60	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,50	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	30	2,24	2,3	0,2	14,8	70
<b>Итого</b>		<b>106,35</b>	<b>16,6</b>	<b>25,9</b>	<b>80,9</b>	<b>612</b>
<b>Обед</b>						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ПОМИДОРАМИ томаты грунтовые	45	11,53	0,5	0,1	1,8	11
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ соль, картофель, крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, томатная паста	200	19,99	4,7	6,2	14,1	128
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника, сахар песок, вода питьевая	200	13,40			13,7	54
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ соль, кури потрош 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная 1 сорт	200	44,36	16,3	22,5	22,6	346
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,25	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	59	4,51	4,5	0,4	29,7	140
<b>Итого</b>		<b>96,04</b>	<b>28</b>	<b>29,5</b>	<b>94,6</b>	<b>740</b>
<b>Всего</b>		<b>202,38</b>	<b>44,6</b>	<b>55,4</b>	<b>175,5</b>	<b>1352</b>

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_



Согласовано



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

## МЕНЮ

13 марта 2024 г.

5-9 кл ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ПОМИДОРОМ томаты грунтовые	65	16,14	0,7	0,1	2,5	16
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, филе минтая, лук репчатый, сыр голландский (круглый), масло подсолнечное рафинированное	100	53,84	6,4	18,2	13,6	236
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль, картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое	150	28,06	5,6	7,2	27,2	191
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,60	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,50	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	30	2,24	2,3	0,2	14,8	70
<b>Итого</b>		<b>106,38</b>	<b>16,6</b>	<b>25,9</b>	<b>80,9</b>	<b>612</b>
<b>Обед</b>						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ПОМИДОРАМИ томаты грунтовые	45	11,53	0,5	0,1	1,8	11
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ соль, картофель, крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, томатная паста	250	24,99	5,8	7,7	17,8	160
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ соль, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная 1 сорт	200	44,37	16,3	22,5	22,6	346
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника, сахар песок, вода питьевая	200	13,40			13,7	54
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,25	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	59	4,50	4,5	0,4	29,7	140
<b>Итого</b>		<b>101,04</b>	<b>29,1</b>	<b>31</b>	<b>98,3</b>	<b>772</b>
<b>Всего</b>		<b>207,42</b>	<b>45,7</b>	<b>56,9</b>	<b>179,2</b>	<b>1384</b>

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День 13.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Холодное блюдо	18	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ПОМИДОРОМ	65	16,14	16	1,0	0,0	3,0
	2-е блюдо	238	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	53,82	236	6,0	18,0	14,0
	Гарнир	759	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	28,03	191	6,0	7,0	27,0
	Напиток	1010	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,60	58	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				0	0	0	0,0	0,0	0,0



Согласовано  
директор  
МБОУ СОШ № 2 г. Лоронайск  
Сыбутина Л.С./

# МЕНЮ

13 марта 2024 г.

## род плата 5-11 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Обед</b>							
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ</b> куры потрош. 1 категории, соль, сметана 20% жирности, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста	250	25,45	7,4	11	9,2	161	
<b>РАГУ ИЗ ПТИЦЫ</b> куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, соль, томатная паста, лук репчатый	200	42,27	14,6	21,2	20,5	320	
<b>КОМПОТ ЯГОДНЫЙ</b> брусника, вода питьевая, сахар песок	200	26,36			21,8	86	
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	30	2,25	2	0,3	12,7	61	
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничный формовой мука 1 сорт	60	4,56	4,6	0,4	30,1	142	
<b>Итого</b>		100,89	28,6	32,9	94,3	770	
<b>Всего</b>		100,89	28,6	32,9	94,3	770	

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_

Школа

МБОУ СОШ №2 г. Поронайск

Отд./кор

День

13.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед		197	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	25,45	161	7,0	11,0	9,0
	Гарнир	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	42,27	320	15,0	21,0	21,0
	Напиток	394	КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	200	26,36	86	0,0	0,0	22,0
	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