

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День 19.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		58	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	50	10,61	7	0,0	0,0	1,0
	2-е блюдо	284	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	90	32,27	231	10,0	18,0	10,0
	Гарнир	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	14,51	125	3,0	6,0	16,0
	Напиток	1009	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200/15	5,90	65	1,0	1,0	13,0
	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 19.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед			СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	27,17	142	9,0	4,0	18,0
		632	ГУЛЯШ	90	56,40	228	15,0	18,0	4,0
		405	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,62	229	9,0	5,0	37,0
	Напиток	1010	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,87	61	0,0	0,0	15,0
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,25	61	2,0	0,0	13,0
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	58	4,40	137	4,0	0,0	29,0

Согласовано



Директор  
МБОУ СОШ № 1 г. Поронайск  
Сыругина Л.С./

## МЕНЮ

19 марта 2024 г.

5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ) огурцы грунтовые	48	10,87	0,4		1,2	7
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная 1 сорт	90	32,27	10,3	17,7	10,1	231
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, томатная паста, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированое, лавровый лист	150	14,52	2,9	5,8	16	125
ЧАЙ С МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	5,87	1,2	1,2	12,6	64
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
Итого		67,28	18,4	25,1	63,2	538
Всего		67,28	18,4	25,1	63,2	538

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

МБОУ СОШ № 2 г. Горенайск  
 директор  
 Сырунов П.С./

# МЕНЮ

19 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>						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ) огурцы грунтовые	48	10,88	0,4		1,2	7
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная 1 сорт	90	32,26	10,3	17,7	10,1	231
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, томатная паста, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, павровый лист	150	14,52	2,9	5,8	16	125
ЧАЙ С МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	5,86	1,2	1,2	12,6	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,50	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,25	2,3	0,2	14,8	70
<b>Итого</b>		<b>67,26</b>	<b>18,4</b>	<b>25,1</b>	<b>63,2</b>	<b>538</b>
<b>Обед</b>						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ соль, крупа перловая, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сайра бланширован	200	40,39	10,2	3,4	23,6	162
ГУЛЯШ говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная 1 сорт	90	48,27	15,1	18,2	7,2	243
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	12,34	9	6,3	38,9	242
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника, вода питьевая, сахар песок	200	14,21			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,25	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	59	4,47	4,5	0,4	29,8	140
<b>Итого</b>		<b>121,93</b>	<b>40,8</b>	<b>28,6</b>	<b>133,8</b>	<b>934</b>
<b>Всего</b>		<b>189,19</b>	<b>59,2</b>	<b>53,7</b>	<b>197</b>	<b>1472</b>

Зав. производством (шеф-повар)



Согласовано



Директор  
МБОУ СОШ № 7  
Коронайск  
Свиригина Л.С./

## МЕНЮ

19 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>						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ) огурцы грунтовые	50	10,61	0,4		1,2	7
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, говядина блк, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная 1 сорт	90	32,27	10,3	17,7	10,1	231
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, томатная паста, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист	150	14,51	2,9	5,8	16	125
ЧАЙ С МОЛОКОМ молоко стуженное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	5,90	1,2	1,2	12,6	65
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		67,07	18,4	25,1	63,5	540
Всего		67,07	18,4	25,1	63,5	540

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

Директор  
г. Поронайск  
Сыругина Л.С./

# МЕНЮ

19 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>						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ) огурцы грунтовые	48	10,86	0,4		1,2	7
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная 1 сорт	90	32,30	10,3	17,7	10,1	231
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ томатная паста, мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, лавровый лист	150	14,49	2,9	5,8	16	125
ЧАЙ С МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	5,88	1,2	1,2	12,6	64
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
Итого		67,28	18,4	25,1	63,2	538
<b>Обед</b>						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ соль, крупа перловая, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сайра бланширован	250	40,46	10,3	3,4	24,3	165
ГУЛЯШ говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная 1 сорт	90	48,27	15,1	18,2	7,2	243
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	12,34	9	6,3	38,9	242
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ брусника, вода питьевая, сахар, песок	200	14,21			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,25	2	0,3	12,7	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	59	4,48	4,5	0,4	29,6	140
Итого		122,01	40,9	28,6	134,5	937
Всего		189,29	59,3	53,7	197,7	1475

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



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

# МЕНЮ

19 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>СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ</b> вода питьевая, приправа, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, лук репчатый, морковь, красная, картофель, рыба консервы в масле сайра бланширован, соль	250	27,17	9,4	4	18	142
<b>ГУЛЯШ</b> соль, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста	90	56,40	14,5	18,1	4,1	228
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло -сливочное	150	11,62	8,5	5,2	36,8	229
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон,	185/15/7	4,87	0,3		14,9	61
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	30	2,25	2	0,3	12,7	61
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука 1 сорт	58	4,40	4,4	0,4	29,1	137
<b>Итого</b>		106,71	39,1	28	115,6	858
<b>Всего</b>		106,71	39,1	28	115,6	858

Зав. производством (шеф-повар)

*Иванов*