

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День 21.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2-е блюдо	238	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	42,28	164	6,0	10,0	14,0
	Напиток	1010	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,60	58	0,0	0,0	14,0
		323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,43	190	3,0	4,0	35,0
	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. Поронайск

(Сыругина Л.С.)

МЕНЮ

21 марта 2024 г.

1-4 класс



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ молоко сухое цельное 25% , мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, филе минтая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	100	42,28	5,7	10,2	13,5	164
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,60	0,3		14,3	58
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	10,43	3,4	4,4	35	190
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		61,09	13	15	86,4	524
Всего		61,09	13	15	86,4	524

Зав. производством (шеф-повар)

Мещанин

Согласовано

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

МЕНЮ

21 марта 2024 г.

1-4 кл ОВЗ



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ молоко сухое цельное 25% , мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, филе минтая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	100	42,30	5,7	10,2	13,5	164
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,60	0,3		14,3	58
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	10,43	3,4	4,4	35	190
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	20	1,50	1,3	0,2	8,5	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничный формовой мука 1 сорт	30	2,27	2,3	0,2	15	71
Итого		61,10	13	15	86,3	524
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ соль, картофель, крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, томатная паста	200	20,04	4,7	6,2	14,1	128
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, 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 пшеничный формовой мука 1 сорт	60	4,54	4,6	0,4	30	142
Итого		85,41	27,6	29,4	101,2	763
Всего		146,51	40,6	44,4	187,5	1287

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ
21 марта 2024 г.

5-11



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ <small>соль, молоко сухое цельное 25% , мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, филе минтая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	42,30	5,7	10,2	13,5	164
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
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое</small>	150	10,42	3,4	4,4	35	190
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	2,27	2,3	0,2	15	71
Итого		61,10	13	15	86,3	524
Всего		61,10	13	15	86,3	524

Зав. производством (шеф-повар)

Сыругина Л.С.

Согласовано

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



МЕНЮ

21 марта 2024 г.

5-9 кл ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ <small>молоко сухое цельное 25% , мука пшеничная 1 сорт, вода питьевая, соль, филе минтая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	42,30	5,7	10,2	13,5	164
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
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа рисовая, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое</small>	150	10,43	3,4	4,4	35	190
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	2,27	2,3	0,2	15	71
Итого		61,10	13	15	86,3	524
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ <small>соль, картофель, крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, томатная паста</small>	250	24,95	5,8	7,7	17,8	160
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ <small>соль, кури потрош 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная 1 сорт</small>	200	44,37	16,3	22,5	22,6	346
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ <small>брусника, вода питьевая, сахар, песок</small>	200	14,21			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	4,55	4,6	0,4	30	142
Итого		90,33	28,7	30,9	104,9	795
Всего		151,43	41,7	45,9	191,2	1319

Зав. производством (шеф-повар)

Г. Мещанин

Школа

МБОУ СОШ №2 г. Поронайск

Отд./кор

День 21.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1-е блюдо	208	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	24,49	158	6,0	8,0	18,0
	Гарнир	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	197	42,25	320	15,0	21,0	21,0
	Напиток	1010	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,83	61	0,0	0,0	15,0
	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



МЕНЮ

21 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						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ соль, картофель, крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, томатная паста	250	24,49	5,7	7,7	17,5	158
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, соль, томатная паста, лук репчатый	197	42,25	14,6	21,2	20,5	320
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,83	0,3		14,7	61
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		78,38	27,2	29,6	95,5	742
Всего		78,38	27,2	29,6	95,5	742

Зав. производством (шеф-повар) Степанов