

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

Отд./кор

День

30.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		417	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ВЯЗАЯ	200	0,00	252	9,0	12,0	28,0
		13	МАСЛО (ТОРЦИЯМИ)	20	0,00	75	0,0	8,0	0,0
		14	СЫР (ТОРЦИЯМИ)	20	0,00	75	5,0	6,0	0,0
		433	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	0,00	169	6,0	5,0	26,0
				ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	41	1,0	0,0
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	71	2,0	0,0	15,0
			ФРУКТЫ	210	0,00	90	2,0	0,0	17,0
Обед			АПЕЛЬСИН	0	0	0	0,0	0,0	0,0

Согласовано

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

МЕНЮ

30 апреля 2024 г.

5-9 кл овз

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ <small>овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко сухое цельное 25% , соль, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое</small>	200	28,23	15,2	17,7	40,2	370
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>масло сладко-сливочное несоленое</small>	9	10,45		7,7	0,1	70
СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>сыр голландский (круглый)</small>	20	0,00				
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	18	1,33	1,2	0,2	7,5	36
КАКАО НА МОЛОКЕ <small>какао-порошок, молоко сухое цельное 25% , вода питьевая, сахар песок</small>	223	23,49	9,7	9,5	32,2	247
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт</small>	30	2,28	2,3	0,2	15,1	71
АПЕЛЬСИН <small>апельсин</small>	210	0,00				
Итого		65,78	28,4	35,3	95,1	794
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ <small>перец зеленый сладкий, огурцы грунтовые, томаты грунтовые</small>	100	0,00				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>соль, картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории</small>	250	20,07	7,1	7,8	17,8	166
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>соль, филе минтая, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное</small>	100	38,89	2,1	11	1,6	110
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, соль</small>	155	24,30	5,2	5,6	24,1	165
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая</small>	200	6,92			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	27	2,00	1,8	0,2	11,3	54
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт</small>	60	4,56	4,6	0,4	30,1	142
Итого		96,75	20,8	25	106,7	723
Всего		162,53	49,2	60,3	201,8	1517

Зав. производством (шеф-повар) _____



Согласовано

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

МЕНЮ

30 апреля 2024 г.

5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ <small>овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко сухое цельное 25% , соль, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое</small>	200	28,45	15,2	17,7	40,2	370
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>масло сладко-сливочное несоленое</small>	9	10,64		7,7	0,1	70
СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>сыр голландский (круглый)</small>	20	0,00				
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	18	1,34	1,2	0,2	7,5	36
КАКАО НА МОЛОКЕ <small>какао-порошок, молоко сухое цельное 25% , вода питьевая, сахар песок</small>	223	23,45	9,7	9,5	32,2	247
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт</small>	30	2,28	2,3	0,2	15,1	71
АПЕЛЬСИН <small>апельсин</small>	210	0,00				
Итого		66,16	28,4	35,3	95,1	794
Всего		66,16	28,4	35,3	95,1	794

Зав. производством (шеф-повар) _____

