

Согласовано



Директор  
г. Поронайск  
Иригина Л.С./

# МЕНЮ

29 января 2025 г.

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
Огурец свежий огурцы грунтовые	50	16,04	0,4	0,1	1,3	7	
Плов соль, приправа, свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	200	37,51	11,8	24,9	39,7	418	
Чай с сахаром и лимоном чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,29	0,3		14,3	58	
Хлеб ржаной хлеб ржаной формовой	20	1,68	1,3	0,2	8,5	41	
Хлеб пшеничный хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	30	2,55	2,3	0,2	15,1	71	
Итого		62,07	16,1	25,4	78,9	595	
Всего		62,07	16,1	25,4	78,9	595	

Зав. производством (шеф-повар)





Согласовано

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



# МЕНЮ

29 января 2025 г.

5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ <small>огурцы грунтовые</small>	50	16,04	0,4	0,1	1,3	7
ПЛОВ <small>соль, свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь красная, томатная паста</small>	200	36,94	11,8	24,9	39,7	418
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>	185/15/7	4,29	0,3		14,3	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	19	1,56	1,2	0,2	7,9	38
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт</small>	31	2,66	2,4	0,2	15,7	74
Итого		61,50	16,1	25,4	78,9	595
Всего		61,50	16,1	25,4	78,9	595

Зав. производством (шеф-повар)



Согласовано

Директор  
Поронайск  
Савина Л.С./**МЕНЮ**  
29 января 2025 г.

Инвалид



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b> огурцы грунтовые	50	16,19	0,4	0,1	1,3	7
<b>ПЛОВ</b> соль, свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	200	36,70	11,8	24,9	39,7	418
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,28	0,3		14,3	58
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	19	1,60	1,3	0,2	8,1	39
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	31	2,64	2,4	0,2	15,6	73
<b>Итого</b>		61,41	16,2	25,4	79	595
<b>Обед</b>						
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ</b> соль, пшено, картофель, морковь красная, лук репчатый, приправа, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к	250	41,17	10	9,3	22,3	208
<b>СЕРДЦЕ ПО-СТРОГАНОВСКИ</b> соль, говяжье сердце, сметана 20% жирности, лук репчатый	100	38,08	14,4	5,3	1,3	105
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> соль, макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое	150	10,56	5,5	4,5	33,7	193
<b>КОМПОТ ЯГОДНЫЙ</b> брусника, сахар песок, вода питьевая	200	13,51			13,7	54
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	28	2,36	1,9	0,2	11,9	57
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	63	5,34	4,8	0,4	31,6	149
<b>Итого</b>		111,02	36,6	19,7	114,5	766
<b>Всего</b>		172,43	52,8	45,1	193,5	1361

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



Директор  
г. Поронайск  
Сургина Л.С./

# МЕНЮ

29 января 2025 г.

5-9 кл овз

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b> огурцы грунтовые	50	16,04	0,4	0,1	1,3	7
<b>ПЛОВ</b> соль, свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	200	36,95	11,8	24,9	39,7	418
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,29	0,3		14,3	58
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	19	1,55	1,2	0,2	7,9	38
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	31	2,67	2,4	0,2	15,7	74
<b>Итого</b>		61,50	16,1	25,4	78,9	595
<b>Обед</b>						
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ</b> соль, пшено, картофель, морковь красная, лук репчатый, приправа, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к	250	40,89	10	9,3	22,3	208
<b>СЕРДЦЕ ПО-СТРОГАНОВСКИ</b> соль, говяжье сердце, сметана 20% жирности, лук репчатый	100	37,88	14,4	5,2	1,3	105
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> соль, макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое	150	10,41	5,5	4,5	33,7	193
<b>КОМПОТ ЯГОДНЫЙ</b> брусника, сахар песок, вода питьевая	200	13,51			13,7	54
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	28	2,33	1,8	0,2	11,7	56
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	63	5,32	4,8	0,4	31,4	148
<b>Итого</b>		110,35	36,5	19,6	114,1	764
<b>Всего</b>		171,85	52,6	45	193	1359

Зав. производством (шеф-повар)



Согласовано

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



# МЕНЮ

29 января 2025 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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ</b> <small>соль йодированная, пшено, приправа, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к</small>	250	40,20	9,1	9,2	15,6	177
<b>СЕРДЦЕ ПО-СТРОГАНОВСКИ</b> <small>соль йодированная, сметана 20% жирности, говяжья сердце, лук репчатый</small>	89	51,57	15,1	7	1,1	122
<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ</b> <small>соль йодированная, макаронные изделия высш. сорт, масло сливочное</small>	150	11,50	5,5	3,7	33,7	192
<b>КОМПОТ ЯГОДНЫЙ</b> <small>брусника, сахар песок, вода питьевая</small>	200	11,36			21,8	86
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> <small>хлеб ржаной формовой</small>	31	2,59	2,1	0,3	13,2	64
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> <small>хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт</small>	62	5,24	4,7	0,4	31,2	147
<b>Итого</b>		122,46	36,5	20,6	116,6	788
<b>Всего</b>		122,46	36,5	20,6	116,6	788

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



директор  
Перонайск  
/Сызукина Л.С./

# МЕНЮ

29 января 2025 г.

## ГРУППА 1-2 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ</b> соль йодированная, пшено, картофель, морковь красная, лук репчатый, приправа, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, говядина б/к	250	40,34	9,1	9,1	15,5	177
<b>СЕРДЦЕ ПО-СТРОГАНОВСКИ</b> соль йодированная, сметана 20% жирности, говяжье сердце, лук репчатый	88	51,64	15,2	7	1,1	122
<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ</b> соль йодированная, макаронные изделия высш. сорт сливочное	149	11,44	5,4	3,7	33,5	191
<b>КОМПОТ ЯГОДНЫЙ</b> брусника, сахар песок, вода питьевая	200	11,40			22,2	88
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	31	2,61	2,1	0,3	13,2	64
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	62	5,29	4,7	0,4	31,2	147
<b>Итого</b>		122,73	36,5	20,5	116,7	789
<b>Всего</b>		122,73	36,5	20,5	116,7	789

Зав. производством (шеф-повар)