



Согласовано

Директор
г. Поронайск
Сыругина Л.С./

МЕНЮ

30 января 2025 г.

1-4 класс

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Тефтели (2-й вариант) <small>свинина мясная, соль, томатная паста, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт</small>	90	37,98	10,3	17,7	10,7	235
Каша гречневая рассыпчатая <small>крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое</small>	150	12,19	8,3	6,1	35,9	225
Чай с молоком <small>молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок</small>	200/15	13,23	1,2	1,2	21,7	101
Хлеб ржаной <small>хлеб ржаной формовой</small>	20	1,68	1,3	0,2	8,5	41
Хлеб пшеничный <small>хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт</small>	30	2,55	2,3	0,2	15,1	71
Итого		67,63	23,4	25,4	91,9	673
Всего		67,63	23,4	25,4	91,9	673

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



Директор

МБОУ СОШ № 2 г. Поронайск

/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

30 января 2025 г.

1-4 кл ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, томатная паста, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт	90	38,23	10,3	17,7	10,7	235
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	12,19	8,3	6,1	35,9	225
ЧАЙ С МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	14,36	1,3	1,3	22,5	105
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	19	1,60	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт	28	2,43	2,2	0,2	14,3	68
Итого		68,80	23,4	25,5	91,5	672
Обед						
СУП С КРУПОЙ соль, приправа, картофель, крупа гречневая ядрица, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории	200	22,34	8,1	10,8	16,1	189
ГУЛЯШ говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт	90	59,53	14,8	18,2	6,4	238
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, соль	150	26,35	4	4,8	22,2	145
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая	200	9,46	0,7	0,3	27	123
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	28	2,40	1,9	0,3	12,1	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт	57	4,85	4,3	0,4	28,6	135
Итого		124,91	33,8	34,8	112,4	888
Всего		193,71	57,2	60,3	203,9	1560

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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



МЕНЮ

30 января 2025 г.

5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, томатная паста, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт	90	37,99	10,3	17,7	10,7	235
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	12,19	8,3	6,1	35,9	225
ЧАЙ С МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	14,30	1,3	1,3	22,5	105
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	19	1,59	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука 1 сорт	28	2,43	2,2	0,2	14,3	68
Итого		68,49	23,4	25,5	91,5	672
Всего		68,49	23,4	25,5	91,5	672

Зав. производством (шеф-повар)



Согласовано



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

МЕНЮ

30 января 2025 г.

Инвалид

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, томатная паста, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт	90	38,36	10,3	17,7	10,7	235
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	12,20	8,3	6,1	35,9	225
ЧАЙ С МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	13,98	1,3	1,3	22,2	104
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	19	1,60	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	29	2,47	2,2	0,2	14,6	69
Итого		68,61	23,4	25,5	91,5	672
Обед						
СУП С КРУПОЙ соль, приправа, картофель, крупа гречневая ядрица, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры потрош. 1 категории	250	27,85	10,4	13,6	20,3	237
ГУЛЯШ говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	90	59,52	14,8	18,2	6,4	238
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, соль	150	26,38	4	4,8	22,2	145
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая	200	9,46	0,7	0,3	27	123
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	27	2,27	1,8	0,2	11,4	55
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	58	4,92	4,4	0,4	29,1	137
Итого		130,40	36,1	37,5	116,4	935
Всего		199,01	59,5	63	207,9	1607

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано

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

МЕНЮ

30 января 2025 г.

5-9 кл овз



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, томатная паста, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт	90	38,01	10,3	17,7	10,7	235
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	12,19	8,3	6,1	35,9	225
ЧАЙ С МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	14,33	1,3	1,3	22,5	105
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	19	1,59	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	28	2,43	2,2	0,2	14,3	68
Итого		68,55	23,4	25,5	91,5	672
Обед						
СУП С КРУПОЙ соль, приправа, картофель, крупа гречневая ядрица, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории	250	27,95	10,4	13,6	20,3	237
ГУЛЯШ говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт	90	59,53	14,8	18,2	6,4	238
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко сухое цельное 25% , масло сладко-сливочное несоленое, соль	150	26,11	4	4,8	22,2	145
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая	200	9,46	0,7	0,3	27	123
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	28	2,38	1,9	0,3	12,1	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	57	4,86	4,3	0,4	28,6	135
Итого		130,29	36,1	37,6	116,6	936
Всего		198,84	59,5	63,1	208,1	1608

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



Директор
Поронайск
Сыругина Л.С./

МЕНЮ

30 января 2025 г.

СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) свинина мясная, соль, томатная паста, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт	90	37,98	10,3	17,7	10,7	235
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, масло сладко-сливочное несоленое	150	12,19	8,3	6,1	35,9	225
ЧАЙ С МОЛОКОМ молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	14,36	1,3	1,3	22,5	105
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	19	1,60	1,3	0,2	8,1	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	28	2,42	2,2	0,2	14,3	68
Итого		68,54	23,4	25,5	91,5	672
Всего		68,54	23,4	25,5	91,5	672

Зав. производством (шеф-повар)

Согласовано



директор
/Сыругина Л.С./

МЕНЮ

30 января 2025 г.

род плата 5-11 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП С КРУПОЙ картофель, приправа, соль йодированная, крупа гречневая ядрица, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош 1 категории	250	31,72	9,9	12,4	18,5	217
ГУЛЯШ соль йодированная, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт	90	59,72	14,6	19,4	5,1	244
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло -сливочное	150	22,99	4	3,7	24	146
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	8,56			21,8	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	32	2,72	2,1	0,3	13,7	66
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	59	4,95	4,5	0,4	29,6	140
Итого		130,66	35,1	36,2	112,7	899
Всего		130,66	35,1	36,2	112,7	899

Зав. производством (шеф-повар)



Согласовано



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

МЕНЮ

30 января 2025 г.

ГРУППА 1-2 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП С КРУПОЙ картофель, приправа, соль йодированная, крупа гречневая ядрица, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории	250	31,78	9,9	12,4	18,3	217
ГУЛЯШ соль йодированная, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт	91	59,91	14,9	19,5	6,7	252
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло -сливочное	151	23,22	4,1	3,8	24,2	148
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	8,60			22,2	88
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	32	2,71	2,1	0,3	13,7	66
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	59	5,01	4,5	0,4	29,6	140
Итого		131,22	35,5	36,4	114,7	911
Всего		131,22	35,5	36,4	114,7	911

Зав. производством (шеф-повар)