



Ежедневное меню
для обучающихся 1-4 классов (7-11 лет) - 19 декабря

Школа	МБОУ СОШ № 2 им. П.И. Арчакова ст. Старощербиновская		Отд./нопр		День	19.12.2024			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	265	Плов из говядины	200	95,62	429	22	23	35
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,55	60	0	0	15
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный	40	3,40	94	3	0	19
	закуска	47	Салат из квашеной капусты	60	8,40	51	1	3	5
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	100	6,60	47	0	0	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	70	Овощи соленные (огурцы)	60	7,50	7	1	0	1
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	200	6,80	95	2	2	14
	2 блюдо	284	Запеканка картофельная с печенью	250	64,52	441	26	21	33
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	Хлеб пшеничный	40	3,40	94	3	0	19
	хлеб черн.	пром	Хлеб ржаной	30	2,40	69	2	0	15
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	3,62	133	1	0	32



Ежедневное меню
для обучающихся 5-11 классов (12 и старше) - 19 декабря

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порция (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
47	Салат из квашеной капусты	100	1,7	5	8,5	85,7	8,40
265	Плов из говядины	200	22	22,5	34,7	429,3	95,62
376	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	1,55
пром	Хлеб пшеничный	60	4,7	0,6	29	141	3,40
338	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	6,60
	Итого за завтрак	660	28,9	28,5	97	763	
ОБЕД							
70	Овощи соленные (огурцы)	100	0,8	0,1	1,7	10	7,50
103	Суп картофельный с макаронами	250	2,7	2,8	17,5	118,5	6,80
284	Запеканка картофельная с печенью	300	31,60	25,6	39,0	529,7	77,42
пром	Хлеб пшеничный	60	4,7	0,6	29	141	3,4
пром	Хлеб ржаной	30	1,7	0,3	14,8	69	3,4
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,7	0,1	32	132,8	3,62
	Итого за обед	940	32,2	23,30	158,40	986,30	



