

Директор МБОУ СОШ № 2
им. П.И. Арчакова

Староцербиновская
2024 г
О.А. Сапотько



Ежедневное меню

для обучающихся 1-4 классов (7-11 лет) - 20 декабря

Школа МБОУ СОШ № 2 им. П.И. Арчакова ст. Староцербиновская Отд./корп. _____ День 20.12.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 229/312 | Рыба тушеная с овощами/пюре картофельное | 250 | 59,40 | 242 | 15 | 10 | 24 |
| | гор.напиток | 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 9,96 | 101 | 3 | 3 | 16 |
| | хлеб | пром | Хлеб пшеничный | 40 | 3,20 | 94 | 3 | 0 | 19 |
| | сладкое | пром | Зефир | 50 | 16,00 | 208 | 0 | 0 | 51 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 54-21з | Кукуруза сахарная (консервир) | 60 | 11,10 | 32 | 1 | 0 | 6 |
| | 1 блюдо | 82 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 6,90 | 83 | 1 | 4 | 9 |
| | 2 блюдо | 266 | Биштекс рубленый | 90 | 30,80 | 262 | 17 | 21 | 0 |
| | гарнир | 302 | Каша рассыпчатая (пшеничная) | 160 | 6,40 | 236 | 7 | 5 | 41 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | пром | Хлеб пшеничный | 40 | 3,20 | 94 | 3 | 0 | 19 |
| | хлеб черн. | пром | Хлеб ржаной | 30 | 2,20 | 69 | 2 | 0 | 15 |
| | напиток | 389 | Сок фруктовый | 200 | 17,90 | 85 | 1 | 0 | 20 |

Директор МБОУ СОШ № 2
им. П.И. Арчакова

Староцербиновская
2024 г
О.А. Сапотько



Ежедневное меню

для обучающихся 5-11 классов (12 и старше) - 20 декабря

| № Рецептуры | Прием пищи Наименование блюда | Масса порции (г) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | цена |
|----------------|----------------------------------|---------------------|------------------|-------------|--------------|--------------------------------------|-------|
| | | | (г) | | | | |
| | Б | Ж | У | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 229 | Рыба тушеная с овощами | 100 | 11,40 | 4,90 | 3,80 | 105,00 | 44,6 |
| 312 | Пюре картофельное | 150 | 3,10 | 4,80 | 20,40 | 137,30 | 14,80 |
| 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,2 | 2,7 | 15,9 | 101 | 9,96 |
| пром | Хлеб пшеничный | 60 | 4,7 | 0,6 | 29 | 141 | 3,20 |
| пром | Зефир | 50 | 0 | 0 | 50,8 | 208,3 | 16,00 |
| | Итого за завтрак | 560 | 22,4 | 13 | 119,9 | 692,6 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 54-21з | Кукуруза сахарная (консервир) | 100 | 2 | 0,3 | 10,3 | 53 | 11,10 |
| 82 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,8 | 4,9 | 10,9 | 103,8 | 6,90 |
| 266 | Биштекс рубленый | 100 | 19,2 | 23,7 | 0 | 290,6 | 30,80 |
| 302 | Каша рассыпчатая (пшеничная) | 200 | 8,4 | 6 | 51,8 | 295 | 6,40 |
| пром | Хлеб пшеничный | 60 | 4,7 | 0,6 | 29 | 141 | 3,20 |
| пром | Хлеб ржаной | 30 | 1,7 | 0,3 | 14,8 | 69 | 2,20 |
| 389 | Сок фруктовый | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 85 | 17,90 |
| | Итого за обед | 940 | 38,8 | 35,8 | 137 | 1037,4 | |



Завтрак



Обед