



Ежедневное меню
для обучающихся 1-4 классов (7-11 лет) - 24 декабря

Школа МБОУ СОШ № 2 им. П.И. Арчакова ст. Старошербиновская Отд./корп. День 24.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-3м	Голубцы ленивые	150	47,25	196	13	12	10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	2,56	62	0	0	15
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный	40	3,20	94	3	0	19
	кисломол.	пром	Йогурт в индивидуальной упаковке	200	34,24	160	6	5	22
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	пром	Икра кабачковая	60	9,00	56	1	4	4
	1 блюдо	84	Борщ с картофелем и фасолью	200	7,27	102	3	4	11
	2 блюдо	229	Рыба тушеная в томате с овощами	100	31,08	105	11	5	4
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	13,04	137	3	5	20
	сладкое	пром	Зефир	50	16,00	208	0	0	51
	хлеб бел.	пром	Хлеб пшеничный	30	2,20	71	2	0	15
	хлеб черн.	пром	Хлеб ржаной	30	2,20	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 лет и старше) - 24 декабря

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	цена
			(г)				
	Б	Ж	У				
ЗАВТРАК							
54-3м	Голубцы ленивые	250	21	19,8	16	326,8	47,25
377	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	62	2,56
пром	Хлеб пшеничный	60	4,7	0,6	29	141	3,20
пром	Йогурт в индивидуальной упаковке	200	6	5	22	160	34,24
	Итого за завтрак	710	31,8	25,4	82,2	689,8	
ОБЕД							
пром	Икра кабачковая	100	0,8	7	7	93,3	9,00
84	Борщ с картофелем и фасолью	250	3,6	5,1	14,2	127,8	7,27
229	Рыба тушеная в томате с овощами	100	11,4	4,9	3,8	105	31,08
312	Пюре картофельное	200	4,1	6,4	27,3	183	13,04
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,7	0,1	32	132,8	3,62
пром	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94	2,20
пром	Хлеб ржаной	30	1,7	0,3	14,8	69	2,20
пром	Зефир	50	0	0	50,8	208,3	16,00
	Итого за обед	970	25,5	24,2	169,2	1013,2	



Завтрак



Обед