



Ежедневное меню

для обучающихся 1-4 классов (7-11 лет) - 26 декабря

Школа	МБОУ СОШ № 2 им. П.И. Арчакова ст. Старошербиновская		Отд./корп	День 26.12.2024						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	200	36,40	305	17	11	36	
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,39	60	0	0	15	
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный	40	3,20	94	3	0	19	
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	100	6,60	47	0	0	10	
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска	47	Салат из квашеной капусты	60	9,80	51	1	3	5	
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	200	8,60	115	3	4	15	
	2 блюдо	279	Тефтели	110	50,90	223	7	16	12	
	гарнир	302	Каша рассыпчатая (гречневая)	160	12,93	260	9	7	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	
	кисломол.	пром	Йогурт в индивидуальной упаковке	200	32,50	160	6	5	22	



Ежедневное меню

для обучающихся 5-11 классов (12 и старше) - 26 декабря

№ Рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена
				Б	Ж	У		
					ЗАВТРАК			
291		Плов из птицы	250	21,1	13,1	44,7	381,8	36,40
376		Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	1,39
пром		Хлеб пшеничный	60	4,7	0,6	29	141	3,20
338		Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	6,60
		Итого за завтрак	610	26,3	14,1	98,5	629,8	
		ОБЕД						
47		Салат из квашеной капусты	100	1,7	5	8,5	85,7	9,80
108		Суп картофельный с клецками	250	3,6	4,6	18,8	136,3	8,60
279		Тефтели	110	7	16,1	11,6	223	50,90
302		Каша рассыпчатая (гречневая)	200	11,5	8,1	51,5	325	12,93
пром		Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94	3,20
пром		Хлеб ржаной	30	1,7	0,3	14,8	69	2,20
пром		Йогурт в индивидуальной упаковке	200	6	5	22	160	32,50
		Итого за обед	930	34,7	39,5	146,5	1093	



Завтрак



Обед