



Ежедневное меню

для обучающихся 1-4 классов (7-11 лет) – 17 января

Школа	МБОУ СОШ № 2 им. П.И. Арчакова ст. Старошербиновская			Отд./корп	10	День			17.01.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211	Омлет с сыром	200	86,61	463	24	39	3
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	8,97	119	4	4	18
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный	30	2,52	71	2	0	15
	кисломол.	пром	Коктейль молочный в упаковке	200	32,00	95	5	6	5
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	10,27	79	3	6	4
	1 блюдо	104	Суп картофельный с фрикадельками	200	32,98	81	2	2	12
	2 блюдо	262	Сердце в соусе	100	35,47	152	13	9	3
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	15,95	137	3	5	20
	сладкое	пром	Шоколад	19	25,33	112	1	7	11
	хлеб бел.	пром	Хлеб пшеничный	40	3,36	94	3	0	19
	хлеб черн.	пром	Хлеб ржаной	30	2,52	69	2	0	15
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,20	133	1	0	32



Ежедневное меню

для обучающихся 5-11 классов (12 лет и старше) – 17 января

№ Рецептуры	Прием пищи		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
	Наименование блюда							
				(г)				
			Б	Ж	У	(ккал)		
	ЗАВТРАК							
211	Омлет с сыром		200	23,9	39,2	3,4	463,3	86,61
382	Квас с молоком		200	4,1	3,5	17,6	118,6	8,97
пром	Хлеб пшеничный		60	4,7	0,6	29	141	2,52
пром	Коктейль молочный в упаковке		200	5	6	4,7	95	32,00
	Итого за завтрак		660	37,7	49,3	54,7	817,9	
	ОБЕД							
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком		100	4,7	9,4	7,2	132	10,27
104	Суп картофельный с фрикадельками		250	2,2	2,8	15,4	102	32,98
262	Сердце в соусе		100	13,1	9,2	2,9	152	35,47
312	Пюре картофельное		200	4,1	6,4	27,3	183	15,95
349	Компот из смеси сухофруктов		200	0,7	0,1	32	132,8	4,20
пром	Хлеб пшеничный		60	4,7	0,6	29	141	3,36
пром	Хлеб ржаной		30	1,7	0,3	14,8	69	2,52
пром	Шоколад		19	1,2	7	11	112	25,33
	Итого за обед		959	32,4	35,8	139,6	1023,8	



Завтрак



Обед