



для обучающихся 5-11 классов (12 лет и старше) – 22 января

№ Рецептуры	Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
	Наименование блюда						
			(г)	(г)			
			Б	Ж	У	(ккал)	
	ЗАВТРАК						
223	Залезанка из творога со сгущенным молоком	210	30,7	23,2	58,8	567	92,23
376	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	1,59
пром	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94	2,52
пром	Коктейль молочный в упаковке	200	5	6	4,7	95	32,00
	Итого за завтрак	650	39	29,6	97,8	816	
	ОБЕД						
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,70	9,4	7,2	132	10,27
96	Рассольник Ленинградский	250	2,00	5,1	12	107,3	9,55
295	Котлеты из бройлеров-цыплят	100	10,1	11,3	11,9	190	33,58
302	Каша рассыпчатая (гречневая) с маслом	200	11,5	8,1	51,5	325	14,88
пром	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,4	19,3	94	3,36
пром	Хлеб ржаной	30	1,7	0,3	14,8	69	2,52
пром	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	0,2	0,3	22,6	92	19,30
	Итого за обед	920	33,4	34,9	139,3	1009,3	

для обучающихся 1-4 классов (7-11 лет) – 22 января

Школа	МБОУ СОШ № 2 им. П.И. Арчакова ст. Старошербиновская				Отд./корп		День		22.01.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	210	92,23	567	31	23	59
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,59	60	0	0	15
	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	96	Рассольник Ленинградский	200	9,55	86	2	4	10
	2 блюдо	295	Котлеты из бройлеров-цыплят	100	33,58	190	10	11	12
	гарнир	302	Каша рассыпчатая (гречневая) с маслом	160	14,88	260	9	7	41
	сладкое								
	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	пром	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,30	92	0	0	23



Завтрак



Обед