

Ежедневное меню

для обучающихся 5-11 классов (12 лет и старше) – 15 мая

№ Рецептуры	Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
	Наименование блюда		(г)	(г)			
		Б		Ж	У	(ккал)	
	ЗАВТРАК						
47	Салат из квашеной капусты	100	1,7	5	8,5	85,7	11,45
265	Плов из говядины	200	22	22,5	34,7	429,3	99,33
376	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	3,23
пром	Хлеб пшеничный	60	4,7	0,6	29	141	3,36
338	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	6,60
	Итого за завтрак	660	28,9	28,5	97	763	
	ОБЕД						
70	Овощи соленные (огурцы)	100	0,8	0,1	1,7	10	10,12
103	Суп картофельный с макаронами	250	2,7	2,8	17,5	118,5	5,60
284	Печень по-строгановски	300	31,60	25,6	39	529,7	32,57
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
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,7	0,1	32	132,8	4,04
	Итого за обед	940	42,2	29,50	134,00	1001,00	

Ежедневное меню

для обучающихся 1-4 классов (7-11 лет) – 15 мая

Школа		МБОУ СОШ № 2 им. П.И. Арчакова ст. Старошербиновская			Отд./корп		День – 15 мая		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	265	Плов из говядины	200	99,33	429	22	23	35
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	3,23	60	0	0	15
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный	40	3,36	94	3	0	19
	закуска	47	Салат из квашеной капусты	60	11,45	51	1	3	5
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	100	6,60	45	0	0	10
Завтрак 2		фрукты							
Обед	закуска	70	Овощи соленные (огурцы)	60	10,12	8	1	0	1
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	200	5,60	88	2	2	14
	2 блюдо	255	Печень по-строгановски	100	32,57	170	13	11	4
	гарнир	310	Картофель отварной	160	18,86	156	3	5	25
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	Хлеб пшеничный	40	3,36	94	3	0	19
	хлеб черк.	пром	Хлеб ржаной	30	2,52	69	2	0	15
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,04	133	1	0	32



Завтрак 1-4 класс



Завтрак 5-11 класс



Обед 1-4 класс



Обед 5-11 класс