

Ежедневное меню

для обучающихся 1-4 классов (7-11 лет) – 21 мая

Школа	МБОУ СОШ № 2 им. П.И. Арчакова ст. Старошербиновская				Отд./корп	День – 21 мая			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	284	Запеканка картофельная с печенью	200	62,03	353	21	17	26
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	8,97	119	4	4	18
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный	30	2,52	71	2	0	15
	напиток	пром	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	19,30	92	0	0	23
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	47	Салат из квашеной капусты	60	4,24	51	1	3	5
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	200	5,64	112	4	4	13
	2 блюдо	269	Котлеты, биточки (особые)	100	42,63	204	10	13	10
	гарнир	302	Каша рассыпчатая (пшениная)	160	14,03	245	7	6	40
	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	389	Сок фруктовый	200	19,30	85	1	0	20
	кисломол.	пром	Йогурт в индивидуальной упаковке	200	35,95	160	6	5	22

Ежедневное меню

для обучающихся 5-11 классов (12 и старше) – 21 мая

№ Рецептуры	Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
	Наименование блюда						
			(г)	(г)			
			Б	Ж	У	(ккал)	
	ЗАВТРАК						
284	Запеканка картофельная с печенью	200	21,1	17,1	26	353,1	48,42
382	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,6	9,14
пром	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,4	19,3	94	2,40
пром	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	0,2	0,3	22,6	92	18,80
	Итого за завтрак	640	28,6	21,3	85,5	657,7	
	ОБЕД						
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,3	3,3	6,5	60,4	3,87
102	Суп картофельный с горохом	250	5,5	5,3	16,5	148,3	4,43
269	Котлеты, биточки (особые)	100	10,2	13,4	10,3	203,8	36,93
302	Каша рассыпчатая (пшениная)	200	8,8	7,6	50,5	306	11,84
пром	Хлеб пшеничный	60	4,7	0,6	29	141	3,40
пром	Хлеб ржаной	30	1,7	0,3	14,8	69	2,40
пром	Коктейль молочный в упаковке	200	5	6	4,7	95	3,20
	Итого за обед	940	37,2	36,5	132,3	1023,5	



Завтрак 1-4 класс



Завтрак 5-11 класс



Обед 1-4 класс



Обед 5-11 класс