

УТВЕРЖДЕНО
 Директор МБОУ СОШ № 2
 И. Козлова
 2023г.



М Е Н Ю ПЛАТНОЕ

«11» сентября 2023г.

Понедельник2

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал	Рецепт.№	Цена
Завтрак								
1	Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	1,0	0,4	2,3	21		7,56
2	Макароны отварные с сыром	150/20	8,9	13,0	39,1	304,50		30,59
3	Батон	25	0,79	0,1	4,83	26,6		2,64
4	Масло сливочное	10		8,2	0,1	75,0		8,04
5	Чай с лимоном	1/200/7	0,53	-	9,87	41,6	686	7,51
6	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63,0		12,88
7	Дениш с малиной	30	6,25	9,35	36,45	354,00		18,63
ИТОГО			22,57	35,65	92,95	885,7		87,85
Обед								
1	Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	1,0	0,4	2,3	21		7,56
2	Суп рисовый на курином бульоне	1/25010	2,14	2,55	17,44	101,83	139	26,15
3	Каша рассыпчатая гречневая	150/10	8,7	7,8	42,6	279	369	25,22
3	Гуляш из птицы в томатном соусе 50/50	100	7,54	13,87	6,24	156,9	487	58,45
4	Чай с лимоном	1/200/7	0,53	-	9,87	41,6	686	7,51
5	Хлеб пшеничный/ржаной	1/40/20	1,712	0,248	11,68	60,95		4,80
ИТОГО			21,622	24,868	90,13	661,28		129,69

Итого за день

Завтрак 90.00 _____

Обед 125.00 _____

Зав. производством _____ **А.С. Ересенко**



М Е Н Ю П Л А Т Н О Е

«12» сентября 2023г.

Вторник (2)

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал	Рецепт.№	Цена
Завтрак								
1	Каша жидкая молочная овсяная с маслом, с сахаром	200/10/15	7	13,00	33,00	287,50		24,68
2	Батон	25	0,79	0,1	4,83	26,6	3	2,64
3	Сыр	15	3,8	3,8	4,9	60,0		8,04
4	Масло сливочное	10		8,2	0,1	75,0		10,56
5	Кофейный напиток на молоке	200	3,8	3,4	25,5	155,2		20,03
6	Фрукты свежие	150	0,9	0,1	9,4	47		25,20
ИТОГО								91,15
Обед								
1	Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	1,0	0,4	2,3	21,0		7,56
2	Рассольник со сметаной на курином бульоне	1/200/10/10	3,0	4,5	20,1	135	132	45,58
3	Котлета из птицы	90	8,4	8,48	7,84	98,80	498	44,19
4	Макароны отварные	150/10	5,652	4,461	21	207,08		18,35
5	Хлеб пшеничный/ржаной	1/40/20	1,712	0,248	11,68	60,95		4,80
6	Чай с сахаром, с лимоном	1/200/7/15	0,53		9,87	41,6		7,51
ИТОГО								127,99



М Е Н Ю ПЛАТНОЕ

«13» сентября 2023г.

Среда (2)

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал	Рецепт.№	Цена
Завтрак								
1	Нарезка из свежих овощей	60	1,0	0,4	2,3	21,0		7,56
2	Пюре картофельное	150	2,2	5,8	18,9	134,0	520	24,78
3	Рыба тушеная с овощами	100	18,72	15,9	8,96	159,8	374	51,12
4	Батон	25	0,79	0,1	4,83	26,6		2,64
5	Чай с лимоном, с сахаром	1/200/7/15	0,53	-	9,87	41,6	688	7,51
ИТОГО			23,24	22,2	44,86	383,0		93,61
Обед								
1	Нарезка из свежих овощей	60	1,0	0,4	2,3	21,0		7,56
2	Суп гороховый	250	6,20	5,60	22,30	167,00	139	16,31
3	Биточки мясные	90	15,55	11,55	15,70	228	451	48,97
4	Капуста тушеная	150	5,8	5,7	34	210,0		25,44
5	Хлеб пшеничный/ржаной	1/40/20	1,712	0,248	11,68	60,95		4,80
6	Чай с лимоном, с сахаром	1/200/7/15	0,53	-	9,87	41,6	688	7,51
7	Дениш с клубникой	30	6,25	9,35	36,45	354,00		18,63
ИТОГО			37,042	32,848	132,3	1082,5		129,22



М Е Н Ю ПЛАТНОЕ

«14» сентября 2023г.

Четверг2

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал	Рецепт.№	Цена
Завтрак								
1	Нарезка из свежих овощей	60	1,0	0,4	2,3	21,0		7,56
2	Плов из куриного филе	200	17,8	18,48	33,46	380	492	81,86
3	Батон	25	0,79	0,1	4,83	26,6		2,64
4	Чай с лимоном с сахаром	1/200/7/15	0,53	-	9,87	41,6	688	7,51
ИТОГО			19,79	18,98	55,79	469,2		99,57
Обед								
1	Нарезка из свежих овощей	60	1,0	0,4	2,3	21,0		7,56
2	Борщ с капустой на курином бульоне	250/10	6,48	6,5	14,17	141,1	110	35,66
3	Рис отварной	150/10	2,4	6,0	23,8	163,0	511	20,11
4	Рыба тушеная в томате с овощами(50/50)	100	18,72	15,9	8,96	159,8	374	51,12
5	Хлеб пшеничный/ржаной	1/40/20	1,712	0,248	11,68	60,95		4,80
6	Чай с лимоном с сахаром	1/200/7/15	0,53	-	9,87	41,6	688	7,51
ИТОГО			30,842	29,048	70,78	587,4 5		126,76



М Е Н Ю ПЛАТНОЕ

«15» сентября 2023г.

Пятница2

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал	Рецепт.№	Цена
Завтрак								
1	Каша рисовая вязкая молочная с маслом, сахаром	1/200	18,28	4,5	5,5	150	311	27,47
2	Батон	1/25/15	0,79	0,1	4,83	26,6	3	2,64
3	Масло сливочное	10		8,2	0,1	75,0		8,04
4	Яйцо отварное	40	15,11	8,54	96,12	62,8	52	12,88
5	Чай с лимоном с сахаром	1/200/7/15	0,53	-	9,87	41,6	688	7,51
6	Сок витаминизированный	200	0,2	0	19	80		27,60
ИТОГО			34,91	21,34	135,42	436,0		86,14
Обед								
1	Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	1,0	0,4	2,3	21,0		7,56
2	Суп картофельный с рисовой крупой на курином бульоне	1/250/10	2,14	2,55	17,44		138	26,15
3	Тефтели мясные с соусом	90	10,42	15,23	12,08	201,6	462	52,75
4	Каша пшеничная	150/10	7,3	6,9	24,8	183	297	16,83
5	Хлеб пшеничный/ржаной	1/40/20	1,712	0,248	11,68	60,95		4,80
6	Компот из свежемороженых ягод	200	0,04	-	24,76	94,2		17,57
ИТОГО			22,612	25,328	93,06	560,75		125,66