

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

С.Зульхиджина
Р.Ф. Калиенко

Рацион: 2_Комплекс_169руб.

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

11 сентября - 15 сентября 2023

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
Обед.	Кукуруза консервированная	100	51,50	2,87	0,6	9,9	57,8		
	Суп картофельный с бобовыми	250	13,25	5,5	9	66,13	216	2,2	102
	Гренки	20	4,08	2,4	0,4	12,6	63		371
	Гуляш свинина	50/50	71,38	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	21,79	13,96	11,62	75,48	462,23		171
	Чай с сахаром	200	4,38	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	3,06	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	1,92	0,95	0,6	9,96	42,8		
	Итого за Обед.		171,36	40,27	52,81	208,06	1297,07	3,28	

Рацион: 2_Комплекс_169руб.

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	32,34	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Зразы рубленые (свин.)	120	73,25	14,06	27,26	19,9	380,62	1,58	274
	Макаронные изделия отварные	180	18,06	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Кисель	200	10,82	0,1	0,04	30,12	121	3	352
	Хлеб пшеничный	30	3,06	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	2,88	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Булочка домашняя	100	29,07	7,32	6,52	56,4	312,32		424
	Итого за Обед.		169,48	33,63	45,72	186,74	1350,93	3	

Рацион: 2_Комплекс_169руб.

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
Обед.	Зеленый горошек	100	47,73	6,6		15,4	89,2	1	
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	29,39	7,6	4,93	21,51	138	158,01	88,02
	Каша Царская с курой	280	86,05	84,56	52,84	28,2	927,72	7	
	Компот из изюма	200	16,32	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	30	3,06	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	2,88	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед.		185,43	103,05	59,49	127,57	1423,12	159,06	

Рацион: 2_Комплекс_169руб.

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	31,60	5,6	5,1	47,93	218,99	8,39	96,02
	Плов (свин.)	240	116,32	26,4	27,01	41,65	515,18	2,05	265
	Компот из ягод (заморозка)	200	15,31	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	50	5,10	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	50	4,80	2,38	1,5	24,9	107		
	Итого за Обед.		173,13	39,06	34,95	173,74	1104,97		

Рацион: 2_Комплекс_169руб.

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
Обед.	Суп из овощей на курином бульоне	250/10	28,82	1,51	4,75	8,72	90,72	9,88	99,02
	Рагу из птицы с овощами	280	104,19	14,82	13,85	17,92	255,84	13,36	289,05
	Чай с сахаром	200	4,38	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	50	5,10	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	50	4,80	2,38	1,5	24,9	107		
	Крендель сахарный	80	22,06	0,05	0,1	0,42	2,69		415
	Итого за Обед.		169,35	22,86	21,46	90,96	636,25		

Рацион: 2_Комплекс_169руб.

СУББОТА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
Обед.	Икра кабачковая ттк	100	23,99	1,9	8,9	7,7	119	7	
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	32,34	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Курица отварная	120	75,28	20,38	19,39	17,54	289,87	2	288
	Макаронные изделия отварные	180	18,06	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Компот из ягод (заморозка)	200	15,31	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	30	3,06	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	2,88	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед.		170,92	35,11	40,33	140,82	1089,66	22,27	
	В том числе:								
	стоимость питания в день согласно Родительской платы составляет:								169-00

разницу стоимости питания в день и стоимости питания согласно Родительской платы исполнитель берет на себя

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова