

УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах  
Р.Ф. Калиенко

**Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК**

03 февраля 2025г. - 08 февраля 2025г.

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая *	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Бедро тушеное в соусе	50/50	10,62	10,5	9,5	150,76		
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	288
	Помидоры порционные	20	0,22	0,04	0,76	4,4	5	312
	Булочка домашняя с помадкой	50	3,48	3,1	26,8	148,37		71
	Чай с лимоном	200/7	0,21	0,03		16	65	424,01
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44	2,83	377
<b>Итого за Обед.</b>			19,26	20,39	121,52	685,55	6	

Итого за день 120,00 рублей

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

ВТОРНИК								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Гуляш свинина	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
	Гребешок с повидлом	50	2,8	1,08	23,6	115,34		406
<b>Итого за Обед.</b>			24,14	37,43	94,43	863,57	3,44	

Итого за день 120,00 рублей

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

СРЕДА								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Плов с куриным филе в/у	200	19,42	22,57	62,17	500,7	6,5	291,01
	Соки фруктовые и ягодные	200	1	0,2	24,4	101,6	20	389
	Булочка с корицей	100	7,59	6,19	51	294,35		438
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			31,37	30,28	161,93	1012,65		

Итого за день 120,00 рублей

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

ЧЕТВЕРГ								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Азу по-татарски (свинина)	200	13,21	7,15	3,72	134,88	1	637
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Пицца домашняя	50	4,95	8,13	14,17	149,5	0,1	413,04
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			21,62	16,66	57,25	460,38	1	

Итого за день 120,00 рублей

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

ПЯТНИЦА								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Зразы рубленные (свин.)	100	11,72	22,72	16,58	317,18	1,32	274
	Пюре картофельное	100	2,09	3,4	32,5	151,68	12,13	312
	Капуста тушенная	100	7,12	7,12	19,45	126,12	17,2	139
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Булочка домашняя	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			28,41	37,92	154,21	999,14		

Итого за день 120,00 рублей

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

СУББОТА								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Плов из бройлер-цыплят	250	24,28	28,21	77,71	625,88	8,13	291
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	25	1,19	0,75	12,45	55		
	Булочка с маком	75	5,49	4,89	42,3	234,24		424
<b>Итого за Обед.</b>			33,46	34,63	161,86	1047,12		

Итого за день 120,00 рублей

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова