

УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах  
Р.Ф. Калиенко



**Меню**  
**ШКОЛА №2**  
**ПОНЕДЕЛЬНИК**

31 марта 2026г. -05 апреля 2026г.

Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	9,0	66,13	216	2,2	102
	Гренки	20	2,4	0,4	12,6	63		371
	Поджарка (свин.)	70	14,95	19,46	2,88	245,54	1,49	251
	Рис припущенный	180	4,32	5,7	62,88	307		305
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Булочка домашняя с помидкой	50	3,48	3,1	26,8	148,37		424,01
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>32,18</b>	<b>38,62</b>	<b>201,23</b>	<b>1105,91</b>		

Итого за день 146,00 рублей

Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

**ВТОРНИК**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356		268
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Кисель	200	0,1	0,04	30,12	121	3	352
	Пирожок с капустой и яйцом	75	6,13	14,25	29,28	224,58		406
	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>			<b>31,51</b>	<b>51,29</b>	<b>161,04</b>	<b>1218,37</b>	<b>3</b>	

Итого за день 146,00 рублей

Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

**СРЕДА**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	7,6	4,93	21,51	138	158,01	88,02
	Бедро куриное запечённое	100	16,98	16,16	14,62	241,56	2	
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	13,96	11,62	75,48	462,23		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Булочка домашняя	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>44,86</b>	<b>37,11</b>	<b>174,37</b>	<b>1149,95</b>	<b>2</b>	

Итого за день 146,00 рублей

Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

**ЧЕТВЕРГ**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	5,6	5,1	47,93	218,99	8,39	96,02
	Курица тушенная с морковью в/у	100	10,62	10,5	9,5	150,75	2,94	54,25
	Рис припущенный с овощами	180	6,2	7,19	34,24	226,08	3,26	205
	Чай с лимоном	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Булочка с маком	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>28,85</b>	<b>27,16</b>	<b>155,43</b>	<b>908,98</b>	<b>1</b>	

Итого за день 146,00 рублей

Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

**ПЯТНИЦА**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп из овощей на курином бульоне	250/10	1,51	4,75	8,72	90,72	9,88	99,02
	Суфле из кур или бройлеров-цыплят с рисом	100	12,68	21,08	4,06	256,68	1,16	300
	Гюле картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Помидоры порционные	20	0,22	0,04	0,76	4,4	5	71
	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	20	0,96	0,6	9,96	44		
	Крендель сахарный	50	0,03	0,06	0,26	1,68		415
<b>Итого за Обед.</b>			<b>21,67</b>	<b>33,43</b>	<b>111,66</b>	<b>802,5</b>	<b>5</b>	

Итого за день 146,00 рублей

Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

**СУББОТА**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Тефтели 2-й вариант /свин/	70/35	8,12	18,78	13,53	260,17	1,07	279
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Шанежка с наливкой	50	4,13	3,78	24,71	149,63		693
	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>			<b>24,61</b>	<b>34,3</b>	<b>148,84</b>	<b>1070,39</b>		

Итого за день 146,00 рублей

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова