УТВЕРЖДАЮ Е.С. Розенбах

СОГЛАСОВАНО Директор школы №2 Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2

Рацион: 3_Комплекс_№2_ **ПОНЕДЕЛЬНИК** **14 сентября 2026г. -18 сентября 2026г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Суп картофельный с бобовыми_в/у	300	6	10,8	55,2	259,2		102
	Гренки_	20	2,4	0,4	12,6	63		371
	Булочка домашняя с помадкой_	100	6,96	6,2	53,6	296,73		424,01
	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	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			18,49	18,84	160,94	792,93	13,86	
Итого за день 85,00 рублей								

Рацион: 3_Комплекс_№2_ **ВТОРНИК**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне_в/у	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	7,63	82,04
	Гребешок с повидлом_	75	4,2	1,63	35,4	173,01		406
	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		
Итого за Обед.			8,59	7,65	89,26	452,81		
Итого за день 95,00 рублей								

Рацион: 3_Комплекс_№2_ **СРЕДА**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне_в/у	250	2,65	2,78	24,23	172	16,5	103,05
	Компот из ягод (заморозка)_	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	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	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			14,75	10,73	139,83	748,15	17,15	
Итого за день 95,00 рублей								

Рацион: 3_Комплекс_№2_ **ЧЕТВЕРГ**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Рассольник ленинградский на курином бульоне_в/у	250/10	5,6	5,1	47,93	218,99	16	96,04
	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	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			13,21	14,37	96,66	520,49	16,16	
Итого за день 95,00 рублей								

Рацион: 3_Комплекс_№2_ **ПЯТНИЦА**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне_в/у	250/10	7,6	4,93	21,51	138	7,5	88,04
	Компот из изюма_	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Булочка домашняя	75	5,49	4,89	42,3	234,24		424
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			16,11	11	116,49	596,24		
Итого за день 95,00 рублей								

Зав. производством Ю.А. Зуйкова