УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах
Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

21 сентября 2026г. -25 сентября 2026г.

Рацион: 2_Комплекс_№2_

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Суп картофельный с бобовыми_в/у	250	5	9	46	216		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 помадкой_	50	3,48	3,1	26,8	148,37		424,01
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			31,68	38,62	181,1	1105,91	13,02	
Итого за день 165,00 рублей								

Рацион: 2_Комплекс_№2_

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	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
	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
	Чай с лимоном_	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Пирожок с капустой и яйцом_	75	6,13	14,25	29,28	224,58		406
	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.			30,82	51,04	142,12	1138,37		
Итого за день 165,00 рублей								

Рацион: 2_Комплекс_№2_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	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
	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		
Итого за Обед.			44,86	37,11	174,37	1149,95	2	
Итого за день 165,00 рублей								

Рацион: 2_Комплекс_№2_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	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
	Тефтели 2-й вариант /свин/	70/35	8,12	18,78	13,53	260,17	1,07	279
	Пюре картофельное_в/у	180	4,46	7,34	70,13	327,6	36,86	312
	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		
Итого за Обед.			24,61	35,59	195,35	1119,92	56,79	
Итого за день 165,00 рублей								

Рацион: 2_Комплекс_№2_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Суп из овощей на курином бульоне_в/у	250/10	1,58	4,99	9,15	95,25	10,38	99,04
	Шницели (свинина)_	100	14,96	27,94	28,93	391,6		268,04
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами_в/у	180	10,99	8,2	45,37	350,38	2,7	44
	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	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
	Крендель сахарный_	50	0,03	0,06	0,26	1,68		415
Итого за Обед.			30,44	42,37	119,03	995,31	6	
Итого за день 165,00 рублей								

Зав. производством _____ Ю.А. Зуйкова