УТВЕРЖДАЮ Е.О. Розенбах

СОГЛАСОВАНО Директор школы №2 Р.Ф. Калиенко

# Меню

## ШКОЛА №2

**ПОНЕДЕЛЬНИК** **28 сентября 2026г. -02 октября 2026г.**

**Рацион: 3_Комплекс_№2_**

| 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