

1-2 смены

МЕНЮ 10 .03.2025г



Утверждаю :
 Директор МАОУ СОШ №2
 Никифорова М.В.

Наименование блюд	7 - 10 лет			Р/П	11 - 18 лет		
	Выход	Цена	ЭЦ,ккал		Цена	Выход	Цена
Завтрак							
Бутерброд горячий с сыром	35	16,03	112		35	16,03	112
Каша ячневая с маслом	200/5	23,22	212		200/5	23,22	212
Чай с сахаром	200	2,17	61		200	2,17	61
Яйца вареные	40	12,5	58		40	12,5	58
яблоко	200	30	118		200	30	118
Хлеб пшеничный	20	1,66	39		20	1,66	39
Хлеб ржаной	20	1,6	41		20	1,6	41
			641		0	87,18	641
Итого		87,18				87,18	
ОБЕД							
Икра свекольная	60	7,09	75		100	11,55	115
Рассольник домашний с курой	250/10/5	27,27	132		250/10/5	27,27	132
Гуляш	100	29,93	118		100	29,93	118
Рис припущенный	150	10,66	144		180	12,98	175
Кисель из свежих ягод	200	18,23	89		200	18,23	89
хлеб пшеничный	50	4,14	97		60	4,97	117
хлеб ржаной	30	2,4	62		40	3,2	81
		99,72	717		0	108,13	827
		0			0	0	0

Зав.столовой Калькулятор Мед.работник

1-2 смена

Утверждаю :
 Директор МАОУ СОШ №2
 Никифорова М.В.

МЕНЮ 11 .03.2025



Наименование блюд	7 - 10 лет			11 - 18 лет			
	Выход	Цена	ЭЦ,ккал	Цена	Выход	Цена	ЭЦ,ккал
Завтрак							
Бутерброд с сыром	20/15	13,68	83		20/20	17,33	107
Котлета рыбная запеченая	90	49,24	158		100	53,87	176
Пюре картофельное	150	21,08	147		180	26,53	176
Чай с лимоном	200/7	4,86	62		200/7	4,86	62
мандарин	100	23	59		100	23	59
Хлеб ржаной	20	1,6	41		20	1,6	41
			550		0	127,19	621
Итого		113,46				127,19	
обед							
Овощи свежие (огурец)	60	18,3	8		100	30,06	11
Суп гороховый с гречками	250/20/10	32,26	184		250/20/10	32,26	184
Курица запеченая	90	46,55	175		100	52,21	204
Рагу из овощей	150	16,33	175		180	19,46	215
компот из кураги	200	9,24	113		200	9,24	113
Хлеб пшеничный	40	3,31	78		60	4,97	117
Хлеб ржаной	20	1,6	41		40	3,2	81
		127,59	774		0	151,4	925
		0			0		0

Зав.столовой

Калькулятор

Мед.работник




1-2 смены

МЕНЮ 12.03.2025



Утверждаю :
 Директор МАОУ СОШ №2
 Никифорова М.В.

Наименование блюд	7 - 10 лет			Р/Ф	18 лет		
	Выход	Цена	ЭЦ,ккал		Цена	Выход	ЭЦ,ккал
Бутерород с маслом	30 10	15	134		30 10	15	134
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	180/20	80,09	305		200/20	89,99	380
Чай со смородиной с сахаром	200/7	10,56	50		200/7	10,56	50
яблоко	150	22,5	89		150	22,5	89
		128,15	578	0		138,05	653
итого						138,05	
обед							
салат степной из овощей	60	9,16	49		100	14,73	89
Борщ с капустой и картофеле, со сметаной кура	250/10/5	22,16	138		250/10/5	22,16	138
"Ёжики" из мяса с рисом, с соусом	100	37,64	127		120	44,55	191
Макаронные изделия отварные	150	8,78	175		180	10,36	210
Компот из свежи плодов ябл	200	8,38	83		200	8,38	83
Хлеб пшеничный	40	3,31	78		60	4,97	117
Хлеб ржаной	40	3,2	83		40	3,2	81
		92,63	733			108,35	909
		0	0	0		0	0

Зав.столовой  Калькулятор  Мед.работник 

1-2 СМЕНЫ

МЕНЮ 13.03.2025



Утверждаю :
 Директор МАОУ СОШ №2
 Никифорова М.В.

Наименование блюд	7 - 10 лет			Р/П	11 - 18 лет		
	Выход		ЭЦ,ккал		Цена	Выход	Цена
Завтрак							
Бутерброды с джемом	20/20	12,1	97		20/20	12,1	97
Омлет натуральный	150	46,03	243		165	49,94	266
Салат морковная	30	3,67	40		30	3,67	40
Какао с молоком	200	14,91	127		200	14,91	127
йогурт 3,2	100	42	100		100	42	100
Хлеб ржаной	20	1,6	41		20	1,6	41
			648	0		124,22	574
Итого		120,31				124,22	
обед							
Винегрет овощной с фасолью	60	12,57	59		100	20,9	103
Суп лапша домашняя с курицей	250/10	14,84	155		250/10	14,84	155
Котлеты из мяса	90	50,72	199		100	55,47	222
Сложный гарнир	50/100	19	123		80/100	22,09	139
Компот из сухофруктов	200	4,18	98		200	4,18	98
Хлеб пшеничный	40	3,31	78		60	4,97	117
Хлеб ржаной	20	1,6	41		40	3,2	81
Итого		106,22	753	0		125,65	915
		0	0			0	0

Зав.столовой Калькулятор Мед.работник

1-2 СМЕНЫ

МЕНЮ 14.03.2025


 Директор МАОУ СОШ №2
 Никифорова М.В.

Наименование блюд	7 - 10 лет			Р/Л	11 - 18 лет		
	Выход	Цена	ЭЦ,ккал		Цена	Выход	Цена
Завтрак							
Овощи натур. на поджаривку(помидор)	20	6	4		20	6	4
Жаркое из птицы	200	41,78	257		250	67,62	257
Чай с сахаром	200	2,17	61		200	2,17	61
Фрукты мандарин	100	23	118		100	23	118
Хлеб пшеничный	20	1,66	39		20	1,66	39
Хлеб ржаной	20	1,6	41		20	1,6	41
			520		0	102,05	520
ИТОГО		76,21				102,05	
обед							
Салат "Зимний"	60	13,22	62		100	21,62	103
Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной	250/15/5	34,4	158		250/25/5	34,4	158
Рыба запечённая со сметаной и сыром	90	89,19	225		100	98,42	265
Рис припущенный	150	10,66	144		180	12,98	175
напиток из шиповника	200	8,85	107		200	8,85	107
Хлеб пшеничный	40	3,31	78		40	3,31	78
Хлеб ржаной	20	1,6	41		40	3,2	81
ИТОГО		161,23	815		0	182,78	967

Зав.столовой

Калькулятор

Мед.работник

