

ООО « АБК-ПЭЙМЕНТ »

Меню на 21 апреля 2026

Муниципальное общеобразовательное учреждения

«Средняя общеобразовательная школа №2»

Завтрак (младшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша гречневая молочная (вязкая)	155		11,47	14,42	36,78	356,10
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Батон нарезной	45		3,37	1,30	23,13	117,90
Итого	500		18,41	18,80	79,69	581,10

Обед (младшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Рассольник Ленинградский со сметаной	210		11,90	16,52	23,56	299,25
Биточки рыбные из минтая с овощами	75/25		5,528	6,28	20,95	160,20
Макаронные изделия (рожки) отварные	153		5,68	2,88	31,96	176,10
Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
Итого	703		26,00	26,26	112,13	782,87
Всего	1203	139,01	42,27	45,06	191,82	1363,97

Горячий завтрак (старшие)	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Биточки рыбные из минтая с овощами	75/25		5,58	6,28	20,95	160,20
Макаронные изделия (рожки) отварные	182		7,24	4,90	40,05	249,00
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Хлеб пшеничный	40		3,04	0,32	19,68	94,00
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	652	93,71	21,41	21,85	99,10	669,70

Дополнительное питание(старшие)	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша гречневая молочная (вязкая)	235		17,58	22,11	56,39	396,10
Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
Батон нарезной	40		3,00	1,16	20,56	104,80
Итого	475		20,78	23,37	96,77	569,02
Всего	1128	141,56	42,19	45,22	195,87	1238,72

Директор СОШ№2

Шеф-повар



Голованов В.В

Абдуллина Г.И