

Ежедневное меню горячего питания обучающихся по образовательным программам начального общего образования
(16 сентября - 30 сентября)

Школа МКОУ "БЦСОШ № 2 имени М. В. Хонинова" Отд./корп День 16/09/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210		251.00	6.11	10.72	32.38
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200		145.20	3.52	3.72	25.49
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	50		129.10	2.03	8.60	0.44
						31.70			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	265	Салат из белокочанной капусты	150		301.00	19.40	9.50	34.37
	1 блюдо	102	Плов	150		107.00	4.39	4.22	13.06
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое	45	Компот из свежих плодов	200		52.00	1.00	3.00	5.00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный/ржаной	50		25.00	4.00	1.00	1.00
	хлеб черн.								
						68.23			
Итого					100.00				

Школа

МКОУ "БЦСОШ № 2 имени М. В. Хонинова"

Отд./корп

День

19/09/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	210		295.00	9.09	12.09	35.18
	гор.напиток	376	Чай с молоком	150		81.00	1.52	1.35	15.90
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	70		193.00	1.52	1.35	15.90
						38.60			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	265	Плов	150		301.00	19.00	10.00	35.00
	2 блюдо	45	Салат из белокочанной капусты	60		51.54	0.85	3.05	5.19
	гарнир								
	сладкое	377	Чай с лимоном	200		114.66	4.51	1.14	7.71
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный /ржаной	50		25.30	4.10	0.70	0.65
	хлеб черн.								
	Итого					61.40			
					100.00				

Школа

МКОУ "БЦСОШ № 2 имени М. В. Хонинова"

Отд./корп

День

20/09/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	63	Яйцо отварное	40		63.00	5.10	4.60	0.30
	гор.напиток	379	Кофейный напиток	200		100.60	3.17	2.68	15.90
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	50		129.10	2.03	8.60	0.44
						42.39			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	42	Суп с клецками	250		138.15	3.38	4.48	22.48
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое	342	Компот из свежих плодов	200		114.60	0.16	0.16	27.88
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный/ржаной	50		25.00	4.00	1.00	1.00
	хлеб черн.								
						57.61			
Итого					100.00				

Школа

МКОУ "БЦСОШ № 2 имени М. В. Хонинова"

Отд./корп

День

21/09/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210		251.00	6.11	10.72	32.38
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200		142.20	3.52	3.72	25.49
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	50		129.10	2.03	8.60	0.44
						30.32			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	259	Жаркое по-домашнему	240		265.00	27.53	7.47	21.95
	2 блюдо	52	Салат из свеклы отварной	60		56.34	0.86	3.65	5.02
	гарнир								
	сладкое	377	Чай с лимоном	200		114.60	9.02	2.28	15.42
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный/ржаной	50		25.30	4.10	0.70	0.65
	хлеб черн.								
						69.68			
Итого					100.00				

Школа

МКОУ "БЦСОШ № 2 имени М. В. Хонинова"

Отд./корп

День

22/09/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	393	Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным	160		262.00	6.87	6.82	40.49
	гор.напиток	376	Чай с молоком	150		81.00	1.52	1.35	15.90
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	50		193.00	4.90	11.55	17.10
						32.19			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	87	Суп с рыбными консервами	250		172.25	8.60	8.41	14.33
	2 блюдо								
	гарнир			100		298.47	5.82	9.74	50.00
	сладкое	376	Чай с сахаром	200		28.00	0.20	0.00	14.00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный/ржаной	50		25.30	4.10	0.70	0.68
	хлеб черн.								
	Итого					67.81			
					100.00				

Школа

МКОУ "БЦСОШ № 2 имени М. В. Хонинова"

Отд./корп

День

23/09/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная овсяная	210		141.76	2.26	0.76	28.50
	гор.напиток	379	Кофейный напиток	200		100.60	3.17	2.68	15.90
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	50		129.10	2.03	8.60	0.44
Завтрак 2	фрукты								
					22.13				
Обед	закуска								
	1 блюдо	202	Макаронные изделия	200		260.95	7.28	7.71	40.61
	2 блюдо	279	Тефтели мясные	60		171.00	8.87	9.83	11.71
	гарнир								
	сладкое	342	Компот из свежих плодов	200		114.66	0.16	0.16	27.88
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный/ржаной	50		25.30	4.10	0.70	0.68
	хлеб черн.								
						77.87			
Итого					100.00				

Школа

МКОУ "БЦСОШ № 2 имени М. В. Хонинова"

Отд./корп

День

26/09/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	177	Каша "Дружба с изюмом"	200		307.00	10.44	11.11	41.30
	гор.напиток	376	Чай с молоком	150		81.00	1.52	1.35	15.90
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	50		129.10	2.03	8.60	0.44
						18.42			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	143	Каша гречневая рассыпчатая	230		308.00	16.01	19.20	16.06
	2 блюдо	268	Котлеты, биточки, шницели	75		183.00	12.44	9.24	12.56
	гарнир	23	Салат из свежих помидоров с луком	60		47.00	1.00	19.00	3.00
	сладкое	376	Чай с сахаром	200		28.00	0.20	0.00	14.00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный/ржаной	50		25.30	4.10	0.70	0.68
	хлеб черн.								
						81.58			
Итого					100.00				

Школа

МКОУ "БЦСОШ № 2 имени М. В. Хонинова"

Отд./корп

День

27/09/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным	200		345.90	18.99	28.32	3.51
	гор.напиток	379	Кофейный напиток	200		100.60	3.17	2.68	15.90
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	50		129.10	2.03	8.60	0.44
			Ира из кабачков	100		360.00	1.00	6.00	7.00
					31.92				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	200		82.00	1.45	3.93	100.20
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое	377	Чай с лимоном	200		114.66	4.51	1.14	7.71
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный/ржаной	50		25.30	4.10	0.70	0.68
	хлеб черн.								
						68.08			
Итого					100.00				

Школа

МКОУ "БЦСОШ № 2 имени М. В. Хонинова"

Отд./корп

День

28/09/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	393	Вареники с картофелем отварные с маслом	160		262.00	6.87	6.82	40.49
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200		600.20	15.29	22.09	83.08
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	50		193.00	4.90	11.55	17.10
Завтрак 2	фрукты								
					31.27				
Обед	закуска								
	1 блюдо	143	Рагу из овощей	230		241.00	16.01	19.20	16.06
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое	376	Чай с сахаром	200		28.00	3.17	2.68	15.90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный/ржаной	50		25.30	4.10	0.70	0.68
	хлеб черн.								
						68.73			
Итого					100.00				

Школа

МКОУ "БЦСОШ № 2 имени М. В. Хонинова"

Отд./корп

День

29/09/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная овсяная	210		285.00	1.82	12.83	34.27
	гор.напиток	352	Кисель из яблок	200		119.20	0.11	0.12	25.10
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	50		129.10	2.03	8.60	0.44
						54.42			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	128	Картофельное пюре	150		241.00	4.34	12.82	25.18
	2 блюдо	229	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	75		150.00	13.87	7.85	6.53
	гарнир								
	сладкое	377	Чай с лимоном	200		114.66	4.51	1.14	7.71
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный/ржаной	50		25.30	4.10	0.70	0.68
	хлеб черн.								
	Итого					45.58			
					100.00				

Школа

МКОУ "БЦСОШ № 2 имени М. В. Хонинова"

Отд./корп

День

30/09/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210		251.00	6.11	10.72	32.38
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200		145.20	3.52	3.72	25.49
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	50		129.10	2.03	8.60	0.44
						31.70			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	265	Салат из белокочанной капусты	150		301.00	19.40	9.50	34.37
	1 блюдо	102	Плов	150		107.00	4.39	4.22	13.06
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое	45	Компот из свежих плодов	200		52.00	1.00	3.00	5.00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный/ржаной	50		25.00	4.00	1.00	1.00
	хлеб черн.								
						68.23			
Итого					100.00				