

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Комбинат «Школьного питания»

Капустин В.С.

Дата:

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

Директор МБОУ
СОШ № 2
г. Тихорецк
Суров 2.2

Дата:

МЕНЮ

МБОУ СОШ № 2 *Мельничко* "12" 09 2025 год

Возрастная категория 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции в г	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	
Завтрак						
Салат витаминный (капуста, морковь, горошек консервированный, масло растительное)	100	9,90	1,6	4,2	3,8	60,4
Рыба припущенная (минтай, лук, масло сливочное)	115	44,56	17,8	8,6	1,0	152,6
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное)	180	18,32	3,7	5,7	24,5	164,7
Компот из яблок	200	4,91	0,2	0,2	14,9	62,7
Хлеб пшеничный	50	3,71	3,7	0,3	24,5	117,2
Хлеб ржаной	25	2,51	1,6	0,3	9,9	48,9
Итого:	670	83,91	28,6	19,3	78,6	606,5
Обед						
Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	14,55	1,1	0,2	3,8	22,0
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук)	250	6,66	1,8	2,8	7,9	70,0
Тефтели с соусом томатным (свинина, говядина, хлеб пшеничный, лук репчатый, морковь, мука пшеничная, паста томатная)	110/30	44,51	22,6	23,9	18,7	387,6
Рис отварной	180	12,24	4,0	6,5	40,8	237,1
Чай с лимоном	200	4,13	0,3	0,0	15,2	62,1
Хлеб пшеничный	55	4,08	4,0	0,4	27,0	128,9
Хлеб ржаной	40	4,01	2,6	0,4	15,8	78,2
Итого:	965	90,18	36,4	34,2	129,2	985,9
Полдник						
Сырники из творога с молоком сгущенным (творог, яйцо куриное, сахар, мука пшеничная)	200/30	102,20	39,7	30,7	45,4	639,0
Апельсин	200	36,60	1,8	0,4	16,2	86,0
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	13,05	3,6	3,3	6,4	69,8
Итого:	630	151,85	45,1	34,4	68,0	794,8