

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА
(МБОУ «АЛТАЙСКАЯ СОШ №2»)

Утверждаю
директор МБОУ «Алтайская СОШ №2»



Т.В. Баур

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ



2023-2024

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 «АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
 ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА
 (МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: первая

День: понедельник

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технологической карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
Обед (5-11)	Обед 5-11							
	Салат из белокочанной капусты	100	5,27	3	1,41	5,08	9,02	87,40
	Борщ с капустой	250	8,51	28	1,81	4,91	125,25	102,50
	Макароны запеченные с сыром	200	19,81	5	10,7	11,27	45,96	311,88
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,41	6	3,06	9,43	18,27	170,00
	Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,60	25,20
	Итого:	780	38,36		17,16	30,69	211,1	696,98

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 «АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
 ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА
 (МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: первая

День: вторник

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технологической карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
Обед (5-11)	Обед 5-11							
	Винегрет	100	9,19	12	1,36	6,18	8,44	94,80
	Суп с макаронными изделиями и мясом птицы	250	8,81	4	2,98	2,83	15,70	100,13
	Вареники	200	45,93	61	4,44	5,55	35,55	210,00
	Компот из смеси сухофруктов	180	4,49	11	0,036	0	22,28	84,78
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,41	6	3,06	9,43	18,27	170,00
	Итого	780	71,82		11,876	23,99	100,24	659,71

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 «АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
 ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА
 (МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: первая

День: среда

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технологической карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
Обед 5-11								
Обед (5-11)	Салат из свеклы	100	0,84	18	1,43	6,09	8,36	93,90
	Рис отварной	200	11,70	46	4,87	7,17	48,80	279,60
	Куриная голень жареная	100	27,16	22	32,00	12,00	3,00	243,00
	Соус сметанный с томатом	30	1,45	52	0,381	2,115	1,656	26,79
	Щи из свежей капусты	250	6,21	17	1,75	4,89	8,49	84,75
	Кисель ягодный	180	4,92	37	1,22	0	26,12	109,37
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,41	6	3,06	9,43	18,27	170,00
	Итого:	910	55,68			44,711	41,695	114,696

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 «АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
 ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА
 (МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: первая

День: четверг

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технологической карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
Обед 5-11								
Обед (5-11)	Салат "Зимний"	100	10,30	51	1,242	7,122	3,494	82,172
	Рассольник «Ленинградский» с мясом, со сметаной	250	12,43	2	2,10	5,11	16,59	120,75
	Каша рассыпчатая (гречневая)	200	8,70	23	9,94	7,48	47,78	307,26
	Тефтели	100	31,71	19	12,00	18,00	8,80	245,00
	Соус сметанный с томатом	30	1,45	52	0,381	2,115	1,656	26,79
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,41	6	3,06	9,43	18,27	170,00
	Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,60	25,20
	Итого:	910	69,37		28,903	49,257	109,19	977,172

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 «АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
 ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА
 (МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: первая

День: пятница

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технологической карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
Обед 5-11								
Обед (5-11)	Салат из моркови с растительным маслом	100	7,23	8	1,22	7,09	6,49	95,83
	Борщ с капустой	250	8,51	28	1,81	4,91	125,25	102,50
	Пюре картофельное	200	6,16	39	4,08	6,4	27,26	183,00
	Курица тушеная в сметанно-томатном соусе	100	28,20	51	15,30	16,50	5,90	269,46
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,41	6	3,06	9,43	18,27	170,00
	Сок	180	9,00	29	0,90	0	18,80	76,32
	Итого:	880	62,51		26,37	44,33	201,97	897,11

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 «АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
 ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА
 (МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: вторая

День: понедельник

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технологической карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
Обед 5-11								
Обед (5-11)	Салат из белокочанной капусты	100	5,27	3	1,41	5,08	9,02	87,40
	Рассольник «Ленинградский» с мясом, со сметаной	250	12,43	2	2,10	5,11	16,59	120,75
	Макароны запеченные с сыром	200	19,81	5	10,7	11,27	45,96	311,88
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,41	6	3,06	9,43	18,27	170,00
	Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,60	25,20
	Итого:	780	42,28		17,45	30,89	102,44	715,23

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 «АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
 ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА
 (МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: вторая

День: вторник

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технологической карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
Обед (5-11)	Обед 5-11							
	Салат "Зимний"	100	10,30	51	1,242	7,122	3,494	82,172
	Борщ с капустой	250	8,51	28	1,81	4,91	125,25	102,50
	Плов из птицы	200	28,66	5	25,38	21,25	44,61	471,25
	Компот из смеси сухофруктов	180	4,49	11	0,036	0	22,28	84,78
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,41	6	3,06	9,43	18,27	170,00
	Итого	780	55,36		31,528	42,712	213,904	910,702

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 «АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
 ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА
 (МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: вторая

День: среда

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технологической карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
Обед 5-11								
Обед (5-11)	Винегрет	100	9,19	12	1,36	6,18	8,44	94,80
	Пельмени	200	57,73	24	20,00	32,00	50,00	568,00
	Щи из свежей капусты	250	6,21	17	1,75	4,89	8,49	84,75
	Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,60	25,20
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,41	6	3,06	9,43	18,27	170,00
	Итого:	780	77,90			26,35	52,5	97,8

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 «АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
 ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА
 (МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: вторая

День: четверг

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технологической карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
Обед 5-11								
Обед (5-11)	Салат из моркови с растительным маслом	100	7,23	8	1,22	7,09	6,49	95,83
	Суп с макаронными изделиями и мясом птицы	250	8,81	4	2,98	2,83	15,70	100,13
	Каша рассыпчатая (гречневая)	200	8,70	23	9,94	7,48	47,78	307,26
	Курица тушеная в сметанно-томатном соусе	100	28,20	51	15,30	16,50	5,90	269,46
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,41	6	3,06	9,43	18,27	170,00
	Компот из смеси сухофруктов	180	4,49	11	0,036	0	22,28	84,78
	Итого:	880	60,84		32,536	43,33	116,42	1027,46

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА
(МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: вторая

День: пятница

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технологической карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
Обед 5-11								
Обед (5-11)	Салат из свеклы	100	0,84	18	1,43	6,09	8,36	93,90
	Борщ с капустой	250	8,51	28	1,81	4,91	125,25	102,50
	Пюре картофельное	200	6,16	39	4,08	6,4	27,26	183,00
	Сосиска	108	19,17	27	39,84	41,28	2,40	504,96
	Соус сметанный с томатом	30	1,45	52	0,381	2,115	1,656	26,79
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,41	6	3,06	9,43	18,27	170,00
	Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,60	25,20
	Итого:	918	40,90			50,781	70,225	195,796