

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 153



Утверждаю
Директор ООО "ЭВРИКА-11"



МЕНЮ на 21 12 2021

1 неделя кор.ОВЗ123

2 день 1 неделя ОВЗ123

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	руб.	Энергетическая	Белки	Жиры	Углеводы
	<i>ОВЗ 123 р. ЗАВТРАК</i>						

	Зеленый горошек консервированный 40 гр	40		30,00	2,00	0,08	5,32
№340,200	Омлет натуральный с маслом 200/5 гр	200/5		424,95	20,93	36,24	3,77
№693, 200	Какао с молоком 200 гр	200		152,60	4,09	3,70	25,74
08, сб. 20	Хлеб пшеничный 22 гр	22		52,21	1,67	0,20	10,93
№109,201	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30		67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего		58,80	727,04	30,10	40,43	60,70

ОВЗ 123 р. ОБЕД

	Овощи натуральные /огурцы свежие/ 50 гр	50		9,60	0,30	0,00	2,10
№110, 200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 25	250/10		114,56	2,23	5,03	15,09
№229, 201	Минтай тушеный с овощами	100		164,55	13,08	9,71	6,21
№61, 200	Соус молочный 50	50		74,62	1,40	5,36	5,20
№520, 200	Пюре картофельное 150 гр	150		235,53	3,82	5,89	41,80
№507,201	Компот из свежих ягод (клубника) 200	200		95,81	0,00	0,00	23,95
№108,201	Хлеб пшеничный 25 гр	25		59,33	1,90	0,23	12,43
№109,201	Хлеб ржано-пшеничный 25 гр	25		56,08	1,18	0,18	12,45
	Всего		64,20	810,07	23,91	26,39	119,23

ОВЗ 123 р. ПОЛДНИК

№687,199	Пирожки печеные с яблоками повидлом 75 гр	75		210,56	4,65	3,96	39,08
№515,201	Молоко кипяченое 200 гр	200		117,60	5,60	6,40	9,40
	Всего		58,80	328,16	12,41	10,84	67,92
	Итого за день			1 865,27	66,42	77,66	247,84

№ рец.	2 день 1 неделя ГОС 1-4		Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 65,47 р						
№492,2004	Плов из филе птицы 60/200 гр		60/200	612,68	20,97	32,69	58,65
№638, 2004	Чай витаминный (шиповник) 200г		200	98,45	0,14	0,02	24,43
№ 108, сб. 2013	Хлеб пшеничный 40 гр		40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр		20	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего		520	850,91	25,09	33,21	112,92
	ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 65,47 р.						
№229,2015	Минтай тушеный с овощами		100	164,55	13,08	9,71	6,21
№ 61,2005	Соус молочный 50		50	74,62	1,40	5,36	5,20
№520, 2004	Пюре картофельное 150 гр		150	235,53	3,82	5,89	41,80
№507,2013	Компот из св /морож. ягод 200		200	95,81	0,00	0,00	23,95
№ 108, сб. 2013	Хлеб пшеничный 40 гр		40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр		20	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего			710,29	22,28	21,46	107,00
	Итого за день			1 190,52	34,16	30,90	193,94

1 неделя ОВЗ 140

2 день 1 неделя ОВЗ 140

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	руб.	Энергетическая	Белки	жиры	Углеводы
<i>ОВЗ 140 р. ЗАВТРАК</i>							
	Зеленый горошек консервированный 40 гр	40		30,00	2,00	0,08	5,32
№340,2004	Омлет натуральный с маслом 200/5 гр	200/5		424,95	20,93	36,24	3,77
№693, 2004	Какао с молоком 200 гр	200		152,60	4,09	3,70	25,74
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 22 гр	22		52,21	1,67	0,20	10,93
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30		67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего		58,80	727,04	30,10	40,43	60,70
<i>ОВЗ 140 р. ОБЕД</i>							
	Овощи натуральные /огурцы свежие/ 100 гр	100		44,59	0,30	0,00	2,10
№110, 2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 25	250/10		114,56	2,23	5,03	15,09
№229,2015	Минтай тушеный с овощами	100		164,55	13,08	9,71	6,21
№597,2004	Соус молочный 50	50		74,62	1,40	5,36	5,20
№520, 2004	Картофельное пюре 200 гр	200		235,53	3,82	5,89	41,80
№507,2013	Компот из св/морож ягод 200	200		95,81	0,00	0,00	23,95
№108,2013	Хлеб пшеничный 25 гр	25		59,33	1,90	0,23	12,43
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 24 гр	24		53,83	1,13	0,17	11,95
№112,2013							
	Всего		81,20	842,82	24,66	26,58	126,23
<i>ОВЗ 140 р. ПОЛДНИК</i>							
№687,1994	Пирожки печеные с яблоками повидлом 75 гр	75		210,56	4,65	3,96	39,08
№515,2013	Молоко кипяченое 200 гр	200		117,60	5,60	6,40	9,40
	Всего		58,80	328,16	12,41	10,84	67,92
	Итого за день			1 988,75	67,18	77,85	254,84

Меню на 21 12 2021

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	1 неделя					
	2 день 1 неделя					
	ЗАВТРАК 60 р.					

№492,2004	Плов из филе птицы 60/200 гр	60/200	612,68	20,97	32,69	58,65
№638, 2004	Чай витаминный (шиповник) 200гр	200	98,45	0,14	0,02	24,43
№108, сб. 201	Хлеб пшеничный 40 гр	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего		850,91	25,09	33,21	112,92
	<i>ОБЕД 60 р.</i>					

№229,2015	Минтай тушеный с овощами 100 гр	100	164,55	13,08	9,71	6,21
№520, 2004	Пюре картофельное 150 гр	150	235,53	3,82	5,89	41,80
№597,2004	Соус молочный 50	50	74,62	1,40	5,36	5,20
№507,2013	Компот из св/морож ягод 200	200	95,81	0,00	0,00	23,95
№108, сб. 2013	Хлеб пшеничный 40 гр	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего		710,29	22,28	21,46	107,00
	Итого за день		1 190,52	34,16	30,90	193,94

платное питание

1 неделя

2 день 1 недели

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	руб.	Энергетическая	Белки	жиры	Углеводы
<i>. ЗАВТРАК</i>							
	Зеленый горошек консервированный 40 гр	40,00		30,00	2,00	0,08	5,32
№340,2004	Омлет натуральный с маслом 200/5 гр	200/5		424,95	20,93	36,24	3,77
№693, 2004	Какао с молоком 200 гр	200,00		152,60	4,09	3,70	25,74
108, сб. 20	Хлеб пшеничный 22 гр	22,00		52,21	1,67	0,20	10,93
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30,00		67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего		80,00	727,04	30,10	40,43	60,70
<i>. ОБЕД</i>							
	Овощи натуральные /огурцы свежие/ 100 гр	100,00		44,59	0,30	0,00	2,10
№110, 2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/10	250/10		114,56	2,23	5,03	15,09
№229,2013	Минтай тушеный с овощами	100,00		164,55	13,08	9,71	6,21
№597,2004	Соус молочный 50	50,00		74,62	1,40	5,36	5,20
№520, 2004	Картофельное пюре 200 гр	200,00		235,53	3,82	5,89	41,80
№507,2013	Компот из св/морож ягод 200	200,00		95,81	0,00	0,00	23,95
№108,2013	Хлеб пшеничный 25 гр	25,00		59,33	1,90	0,23	12,43
109, сб. 20	Хлеб ржано-пшеничный 24 гр	24,00		53,83	1,13	0,17	11,95
№112,2013							
	Всего		100,00	842,82	24,66	26,58	126,00