

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 1



Меню на 28.02.2022 г

Утверждаю
ООО "Эврика-11"



№ рец.	1 день 2 неделя ГОС 1-4		Выход, г	ккал	Жиры Углеводь		
	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 65,47 р				Жиры	Углеводь	углеводь
№101,201	Сыр твердых сортов порционный 15 гр	15	15	70,58	5,36	5,46	0,00
№266,201	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/5 гр	200/5	200/5	271,11	7,13	13,30	31,23
№685, 200	Чай с сахаром 200	200	200	61,42	0,20	0,05	15,04
108, сб. 20	Хлеб пшеничный 40 гр	40	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,201	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	30	67,29	1,41	0,21	14,94
пром.	Фрукты свежие 120 гр	120	120	42	0,96	0,24	9,00
	Всего		605	609,31	18,10	19,62	90,09

ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 65,47 р.

№492,2004	Плов из филе птицы 60/200 гр	60/200	60/200	612,68	20,97	32,69	58,65
№638, 200	Компот из шиповника 200гр	200	200	98,45	0,14	0,02	24,43
108, сб. 20	Хлеб пшеничный 40 гр	40	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,201	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего			850,91	25,09	33,21	112,92
	Итого за день			1460,22	43,19	52,83	203,01

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	ккал	Жиры Углеводь	
				Жиры	Углеводь
	2неделя				
	1 день 2 неделя				
	ЗАВТРАК 60 р.				

№101,201	Сыр твердых сортов порционный 15 гр	15	15	70,58	5,36	5,46	0,00
№266,201	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/5 гр	200/5	200/5	273,11	7,13	13,30	31,23
№685, 200	Чай с сахаром 200	200	200	61,42	0,20	0,05	15,04
108, сб. 20	Хлеб пшеничный 40 гр	40	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,201	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	30	67,29	1,41	0,21	14,94
№112,201	Фрукты свежие 120 гр	120	120	42,00	0,96	0,24	9,00
	Всего			609,31	18,10	19,62	90,09

ОБЕД 60 р.

№492,2004	Плов из филе птицы 60/200 гр	60/200	60/200	612,68	20,97	32,69	58,65
№638, 200	Напиток витаминный (шиповник) 200гр	200	200	98,45	0,14	0,02	24,43
108, сб. 20	Хлеб пшеничный 40 гр	40	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,201	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего			850,91	25,09	33,21	112,92
	Итого за день			1460,22	43,19	52,83	203,01

ОВЗ 123 р. ЗАВТРАК

№101,201	Сыр порционный 15 гр	15	15	70,58	5,36	5,46	0,00
№266,201	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/5 гр	200/5	200/5	310,53	7,16	17,42	31,27
№685, 200	Чай с сахаром 200/15	200	200	61,42	0,20	0,05	15,04
108, сб20	Хлеб пшеничный 29 гр	29	29	68,82	2,20	0,26	14,41
109,сб 20	Хлеб ржано-пшеничный 31 гр	31	31	69,53	1,46	0,22	15,44
пром	Фрукты свежие 120 г	120	120	56,00	1,28	0,32	12,00
	Всего	610	610	636,88	17,66	23,73	88,16

ОВЗ 123 р. ОБЕД

№106, 201	Овощи натуральные /огурцы свежие/ 60 гр	60	60	15,20	0,80	0,00	3,00
№139, 200	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр	250	250	150,15	5,99	4,40	21,65
№492,2004	Плов из филе птицы 60/200 гр	60/200	60/200	612,68	20,97	32,69	58,65
№699, 200	Компот из шиповника 200гр	200	200	98,45	0,14	0,02	24,43
108, сб. 20	Хлеб пшеничный 22 гр	22	22	52,21	1,67	0,20	10,93

№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего	762	973,55	30,52	37,44	128,63
	<i>ОВЗ 123 р. ПОЛДНИК</i>					
	Ватрушка с творогом 75гр	75	208,65	9,48	4,13	33,39
	Нектар в ассортименте 200 гр	200	88,87	0,74	0,55	20,24
	Всего	275	297,52	11,10	5,56	75,19
	Итого за день		1 907,95	59,28	66,73	291,99

	<i>ОВЗ 140 р. ЗАВТРАК</i>					
№101,2013	Сыр порционный 15гр	15	70,58	5,36	5,46	0,00
№266,2013	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/5 гр	200/5	310,53	7,16	17,42	31,27
№685, 2004	Чай с сахаром 200	200	61,42	0,20	0,05	15,04
108, сб. 20	Хлеб пшеничный 29 гр	29	68,82	2,20	0,26	14,41
109, сб. 20	Хлеб ржано-пшеничный 31 гр	31	69,53	1,46	0,22	15,44
пром	Фрукты свежие 120 г	120	56,00	1,28	0,32	12,00
	Всего		636,88	17,66	23,73	88,16
	<i>ОВЗ 140 р. ОБЕД</i>					
№106, 2013	Овощи натуральные /огурцы свежие/ 100 гр	100	15,20	0,80	0,00	3,00
№139, 2004	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр	250	150,15	5,99	4,40	21,65
№492,2004	Плов из филе птицы 60/200 гр	90/200	612,68	20,97	32,69	58,65
№699, 2004	Компот из шиповника 200гр	200	98,45	0,14	0,02	24,43
108, сб. 20	Хлеб пшеничный 21 гр	21	49,83	1,60	0,19	10,44
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего		1 006,17	31,24	37,63	135,63
	<i>ОВЗ 140 р. ПОЛДНИК</i>					
	Ватрушка с творогом 75гр	75	208,65	9,48	4,13	33,39
	Нектар в ассортименте 200 гр	200	88,87	0,74	0,55	20,24
	Всего		297,52	11,10	5,56	75,19
	Итого за день		2 038,24	60,00	66,92	298,99

<i>платное питание</i>						
<i>. ЗАВТРАК 80 руб</i>						
№101,2013	Сыр порционный 15гр	15,00	70,58	5,36	5,46	
№266,2013	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/5 гр	200/5	310,53	7,16	17,42	
№685, 2004	Чай с сахаром 200	200,00	61,42	0,20	0,05	
108, сб. 20	Хлеб пшеничный 29 гр	29,00	68,82	2,20	0,26	
109, сб. 20	Хлеб ржано-пшеничный 31 гр	31,00	69,53	1,46	0,22	
пром	Фрукты свежие 120 г	120,00	56,00	1,28	0,32	
	Всего	600,00	636,88	17,66	23,73	
<i>ОБЕД 100 руб</i>						
№106, 2013	Овощи натуральные /огурцы свежие/ 100 гр	100,00	15,20	0,80	0,00	
№139, 2004	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр	250,00	150,15	5,99	4,40	
№492,2004	Плов из филе птицы 60/200 гр	60/200	612,68	20,97	32,69	
№699, 2004	Компот из шиповника 200гр	200,00	98,45	0,14	0,02	
108, сб. 20	Хлеб пшеничный 21 гр	21,00	49,83	1,60	0,19	
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20,00	44,86	0,94	0,14	
	Всего	851,00	1006,17	31,24	37,63	