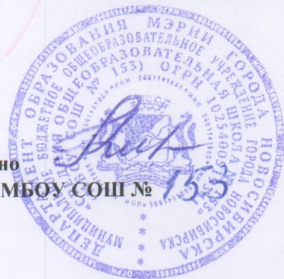


Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 15



МЕНЮ на 14.11.2022 г

№ рец.	1 день 2 неделя ГОС 1-4		Выход, г	ккал	Белки	Жиры	углеводы
	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р 1 смена						
№266,2013	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/10		210	341,69	12,49	18,76	31,23
54-2гн-2020	Чай с сахаром		200	61,42	0,20	0,05	15,04
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр		40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр		30	67,29	1,41	0,21	14,94
пром.	Сыр порционный / твердых сортов /		20	42	0,96	0,24	9,00
	Всего		805	607,32	18,10	19,62	90,09
	ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00 р. 2 смена						
№492,2004	Плов из филе птицы 60/200 гр		260	612,68	20,97	32,69	58,65
54-7хн-2020	Компот из шиповника 200гр		200	98,45	0,14	0,02	24,43
№ 108, сб. 2013г	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		720	850,91	25,09	33,21	112,92
	ОБЕД 1- 85,00 р. МО						
№139, 2004	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 200 гр		200	110,15	1,99	1,40	9,65
№492,2004	Плов из филе птицы 60/200 гр		260	612,68	20,97	32,69	58,65
54-7хн-2020	Компот из шиповника 200гр		200	98,45	0,14	0,02	24,43
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр		50	104,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр		40	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего		750	971,06	27,08	34,61	122,57
	ОБЕД 88,00 р. МО						
№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		260	612,68	20,97	32,69	58,65
54-7хн-2020	Компот из шиповника 200гр		200	98,45	0,14	0,02	24,43
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр		40	94,92	3,04	0,36	9,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр		40	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего		790	1001,06	31,08	37,61	124,57
	1 день 2 неделя ОВЗ 158,50						
	ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена						
№266,2013	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/10 гр		210	341,69	12,29	16,76	21,23
54-2гн-2020	Чай с сахаром 200/10		200	61,42	0,20	0,05	15,04
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр		40	94,92	3,04	0,36	9,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр		30	67,29	1,41	0,21	14,94
пром.	Сыр порционный / твердых сортов /		20	42,00	0,96	0,24	9,00
	Всего		500	607,32	17,90	17,62	70,09
	ОВЗ 98,50р. ОБЕД						
№106, 2013	Овощи натуральные /огурцы свежие/ 60 гр		60	15,20	0,80	0,00	3,00
№139, 2004	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр		250	150,15	5,99	4,40	11,65
№492,2004	Плов из филе птицы 60/200 гр		260	612,68	10,97	17,69	29,95
54-7хн-2020	Компот из шиповника 200гр		200	98,45	0,14	0,02	24,43
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 22 гр		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		812	973,55	20,51	22,45	89,92
	ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена						
	Ватрушка с творогом 75гр		75	208,65	9,48	4,13	33,39
пром.	Нектар в ассортименте 200 гр		200	88,87	0,74	0,55	20,24
	Всего		275	297,52	10,22	4,68	53,63
	Итого за день			1 878,39	48,63	44,75	213,64
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	ценность	белки	жиры	углеводы
1 день 2 неделя ОВЗ 176						
ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена						
№266,2013	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/10 гр	210	341,69	12,29	18,76	31,23
54-2гн-2020	Чай с сахаром 200/7	200	61,42	0,20	0,05	15,04
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
пром.	Сыр порционный / твердых соротов /	20	42,00	0,96	0,24	9,00
	Всего	500	607,32	17,90	19,62	90,09
ОВЗ 116,00 р. ОБЕД						
№106, 2013	Овощи натуральные /огурцы свежие/	60	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	260	612,68	20,97	32,69	58,65
54-7хн-2020	Компот из шиповника 200гр	200	98,45	0,14	0,02	24,43
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 22 гр	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	812	973,55	30,51	37,45	128,62
ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена						
	Ватрушка с творогом 75гр	75	208,65	9,48	4,13	33,39
пром.	Нектар в ассортименте 200 гр	200	88,87	0,74	0,55	20,24
	Всего	275	297,52	10,22	4,68	53,63
	Итого за день		1 878,39	58,63	61,75	272,34
№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
1 день 2 неделя						
платное питание Завтрак 90р.						
	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/10 гр	210	341,69	12,29	18,76	31,23
№266,2013	Чай с сахаром 200/7	200	61,42	0,20	0,05	15,04
54-2гн-2020	Хлеб пшеничный 40 гр	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№ 108, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
№109,2013	Сыр порционный / твердых соротов /	20	42,00	0,96	0,24	9,00
пром.	Всего	500	607,32	17,90	19,62	90,09
платное питание Обед 150р.						
	Овощи натуральные /огурцы свежие/	60	15,20	0,80	0,00	3,00
№106, 2013	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр	250	150,15	5,99	4,40	21,65
№139, 2004	Плов из филе птицы 60/200 гр	260	612,68	20,97	32,69	58,65
№492,2004	Компот из шиповника 200гр	200	98,45	0,14	0,02	24,43
54-7хн-2020	Хлеб пшеничный 22 гр	22	52,21	1,67	0,20	10,93
№ 108, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
№109,2013	Всего	812	973,55	30,51	37,45	128,62