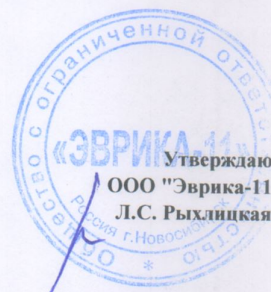


Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 153



МЕНЮ на 18.11.2022 г

№ рецеп.	5 день 2 неделя ГОС 1-4					
	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р 1 смена					
	Выход, г	ккал	белки	жиры	углеводы	
	Сыр порционный 20 гр /					
№101,2013	20	105,88	4,02	4,10	0,00	
№ 260,2013	Каша "Дружба" /пшено,рис/ 200/5					
	205	251,61	5,91	11,92	30,16	
54-7гн-2020	Какао с молоком 200 гр					
	200	152,60	4,09	3,70	25,74	
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр					
	40	94,92	3,04	0,36	19,88	
	Хлеб ржано-пшеничный					
	35	44,86	0,94	0,14	9,96	
№109,2013	Всего	500	649,87	18,00	20,22	85,74
	ГОС 1-4 класс ОБЕД - 70,00 р.2 смена					
№469, 2004	Фрикадельки из филе птицы в соусе молочном 50/60 гр					
	110	243,59	12,63	14,79	14,99	
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 150 гр					
	150	225,38	4,65	6,73	36,55	
54-7гн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр					
	200	105,00	0,25	0,10	25,78	
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр					
	30	71,19	2,28	0,27	14,91	
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр					
	20	44,86	0,94	0,14	9,96	
	Всего	510	690,02	20,75	22,03	102,19
	ОБЕД - 85,00 р. МО					
№140, 2004	Суп картофельный с макаронными изделиями 200 гр					
	200	105,33	0,89	1,19	4,27	
№469, 2004	Фрикадельки из филе птицы в соусе молочном 50/60 гр					
	110	243,59	12,63	14,79	14,99	
124,2004	Каша перловая рассыпчатая					
	150	225,38	4,65	6,73	36,55	
54-7гн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр					
	200	105,00	0,25	0,10	25,78	
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр					
	30	71,19	2,28	0,27	14,91	
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр					
	20	44,86	0,94	0,14	9,96	
	Всего	760	795,35	21,64	23,22	106,46
	ОБЕД 88,00 р. МО					
№140, 2004	Суп картофельный с макаронными изделиями 250 гр					
	250	155,33	2,89	5,19	24,27	
№469, 2004	Фрикадельки из филе птицы в соусе молочном 60/50 гр					
	110	243,59	12,63	14,79	14,99	
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 150 гр					
	200	225,38	4,65	6,73	36,55	
54-7гн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр					
	200	105,00	0,25	0,10	25,78	
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр					
	30	71,19	2,28	0,27	14,91	
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр					
	20	44,86	0,94	0,14	9,96	
	Всего	810	845,35	23,64	27,22	126,46
	Итого за день		1 495,22	41,64	47,44	212,20
№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы
	5 день 2 неделя ОВЗ158,50					
	ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена					
№101,2013	Сыр порционный 20 гр / твердых сортов					
	20	105,88	4,02	4,10	0,00	
№ 260,2013	Каша "Дружба" с маслом сливочным (пшено,рис)					
	205	251,61	5,91	9,92	30,16	
54-7гн-2020	Какао с молоком 200 гр					
	200	152,60	4,09	3,70	12,74	
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр					
	40	94,92	3,04	0,36	19,58	
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный					
	35	44,86	0,94	0,14	9,96	
	Всего	500	649,87	18,00	18,22	72,44
	ОВЗ 98,50 р. ОБЕД					
№ 43,2004	Салат из белокочанной капусты					
	60	56,00	3,00	0,12	7,98	
№140, 2004	Суп картофельный с макаронными изделиями 250 гр					
	250	155,33	2,89	5,19	8,27	
№469, 2004	Фрикадельки из филе птицы в соусе молоч 60/50 гр					
	110	243,59	8,64	9,79	10,99	
124,2004	Каша перловая рассыпчатая					
	150	300,50	3,20	6,98	18,73	
54-7гн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр					
	200	105,01	0,25	0,10	15,78	
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 35 гр					
	35	83,06	2,66	0,32	17,40	
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 33 гр					
	33	74,02	1,55	0,23	9,96	
	Всего	838	1017,51	22,19	22,73	89,11

ОВЗ 60 р. ПОЛДНИК 2 смена						
№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	ккал	Белки	жиры	Углеводы
№687,1997	Пирожки печеные с курагой 75гр	75	216,00	5,21	3,95	39,91
пром	Нектар в ассортименте 200 гр	200	88,87	0,74	0,55	20,24
	Всего	275	304,87	5,95	4,50	60,15
	Итого за день		1972,25	46,14	45,45	221,70
5 день 2 неделя ОВЗ 176						
ОВЗ 60,00р. ЗАВТРАК 1 смена						
101,2013	Сыр порционный 20 гр /	20	105,88	4,02	4,10	0,00
№ 260,2013	Каша "Дружба" с маслом сливочным (пшено,рис)	205	251,61	5,91	11,92	30,16
54-7гн-2020	Какао с молоком 200 гр	200	152,60	4,09	3,70	25,74
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	35	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего	500	649,87	18,00	20,22	85,74
ОВЗ 116 р. ОБЕД						
№ 43,2004	Салат из белокочанной капусты	60	56,00	3,00	0,12	7,98
№140, 2004	Суп картофельный с макаронными изделиями 250 гр	250	155,33	2,89	5,19	24,27
№469, 2004	Фрикадельки из филе птицы в соусе молочном в соусе б	110	243,59	12,64	14,79	14,99
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 200 гр	200	300,50	6,20	8,98	48,73
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	105,01	0,25	0,10	25,78
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 35 гр	35	83,06	2,66	0,32	17,40
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 33 гр	33	74,02	1,55	0,23	16,43
	Всего	888	1017,51	29,19	29,73	155,58
ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2 смена						
№ 687,1997	Пирожки печеные с курагой 75гр	75	216,00	5,21	3,95	39,91
пром.	Нектар в ассортименте 200 гр	200	88,87	0,74	0,55	20,24
	Всего	275	304,87	5,95	4,50	60,15
	Итого за день		1972,25	53,14	54,45	301,47
№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	ккал	Белки	жиры	Углеводы
5 день 2 неделя						
платное питание Завтрак 90р.						
№101,2013	Сыр порционный 20 гр /	20	105,88	4,02	4,10	0,00
№ 260,2013	Каша "Дружба" с маслом сливочным 200/5 (пшено,ри	205	251,61	5,91	11,92	30,16
54-7гн-2020	Какао с молоком 200 гр	200	152,60	4,09	3,70	25,74
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	35	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего	500	649,87	18,00	20,22	85,74
платное питание Обед 150р.						
№ 43,2004	Салат из белокочанной капусты	60	56,00	3,00	0,12	7,98
№140, 2004	Суп картофельный с макаронными изделиями 250 гр	250	155,33	2,89	5,19	24,27
№469, 2004	Фрикадельки из филе птицы в соусе молочном в соусе б	110	243,59	12,64	14,79	14,99
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 200 гр	200	300,50	6,20	8,98	48,73
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	105,01	0,25	0,10	25,78
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 35 гр	35	83,06	2,66	0,32	17,40
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 33 гр	33	74,02	1,55	0,23	16,43
	Всего	888	1017,51	29,19	29,73	155,58