

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 1

*Кур*



**МЕНЮ на 10.10 .2022 г**

№ рец.	1 день 2 неделя ГОС 1-4					
	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р 1 смена					
	Выход, г	ккал	Белки	Жиры	углеводы	
№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 соротов /	20	42	0,96	0,24	9,00
	<b>Всего</b>	<b>605</b>	<b>607,32</b>	<b>18,10</b>	<b>19,62</b>	<b>90,09</b>
<b>ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00 р. 2 смена</b>						
№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
	<b>Всего</b>	<b>520</b>	<b>850,91</b>	<b>25,09</b>	<b>33,21</b>	<b>112,92</b>
<b>ОБЕД 1- 85,00 р. МО</b>						
№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
	<b>Всего</b>	<b>750</b>	<b>971,06</b>	<b>27,08</b>	<b>34,61</b>	<b>122,57</b>
<b>ОБЕД 88,00 р. МО</b>						
№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	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	40	44,86	0,94	0,14	9,96
	<b>Всего</b>	<b>790</b>	<b>1001,06</b>	<b>31,08</b>	<b>37,61</b>	<b>134,57</b>
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>1 день 2 неделя ОВЗ 158,50</b>						
<b>ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена</b>						
№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
	<b>Всего</b>	<b>500</b>	<b>607,32</b>	<b>17,90</b>	<b>19,62</b>	<b>90,09</b>
<b>ОВЗ 98,50р. ОБЕД</b>						
№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	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
	<b>Всего</b>	<b>812</b>	<b>973,55</b>	<b>30,51</b>	<b>37,45</b>	<b>128,62</b>
<b>ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена</b>						
	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
	<b>Всего</b>	<b>275</b>	<b>297,52</b>	<b>10,22</b>	<b>4,68</b>	<b>53,63</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1 878,39</b>	<b>58,63</b>	<b>61,75</b>	<b>272,34</b>
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>1 день 2 неделя ОВЗ 176</b>						

<b>ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена</b>						
№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	<b>ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена</b>					
№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
	<b>Всего</b>	<b>500</b>	<b>607,32</b>	<b>17,90</b>	<b>19,62</b>	<b>90,09</b>
	<b>ОВЗ 116,00 р. ОБЕД</b>					
№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
	<b>Всего</b>	<b>812</b>	<b>973,55</b>	<b>30,51</b>	<b>37,45</b>	<b>128,62</b>
	<b>ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена</b>					
	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
	<b>Всего</b>	<b>275</b>	<b>297,52</b>	<b>10,22</b>	<b>4,68</b>	<b>53,63</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1 878,39</b>	<b>58,63</b>	<b>61,75</b>	<b>272,34</b>
№ рецеп.	<b>1 день 2 неделя</b>					
	<b>платное питание Завтрак 90р.</b>					
	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.	<b>Всего</b>	<b>500</b>	<b>607,32</b>	<b>17,90</b>	<b>19,62</b>	<b>90,09</b>
	<b>платное питание Обед 150р.</b>					
	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	<b>Всего</b>	<b>812</b>	<b>973,55</b>	<b>30,51</b>	<b>37,45</b>	<b>128,62</b>