

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 153

*Л. П. Куркина*



МЕНЮ на 12.10.2022 г

№ рец.	3 день 2 неделя ГОС 1-4					
	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р					
	Выход, г	ккал	Жиры	Угледо ды	углеводы	
332,1996	60	164,55	13,56	10,43	21,63	
№520, 2004	150	236,74	2,04	1,88	27,91	
№597,2004	50	71,19	2,28	0,27	14,91	
54-13гн-2020	200	44,86	0,94	0,14	9,96	
№109,2013	60	93,24	0,84	0,84	20,58	
<b>Всего</b>	<b>520</b>	<b>610,58</b>	<b>19,66</b>	<b>13,56</b>	<b>94,99</b>	
<b>ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00 р.</b>						
№ 312,2022	100	245,92	12,94	16,46	11,50	
№332, 2004	150	281,44	6,60	7,25	47,45	
54-13гн-2020	200	113,57	0,16	0,16	27,87	
№108,2013	30	71,19	2,28	0,27	14,91	
№109,2013	20	33,65	0,71	0,11	7,47	
<b>Всего</b>	<b>500</b>	<b>745,77</b>	<b>22,69</b>	<b>24,25</b>	<b>109,20</b>	
<b>ОБЕД 1- 85,00 р. МО</b>						
№202,2005	205	101,48	1,01	1,09	4,26	
№135,2004	100	245,92	12,94	16,46	11,50	
№ 312,2022	150	281,44	6,60	7,25	47,45	
54-13гн-2020	200	113,57	0,16	0,16	27,87	
№108,2013	30	71,19	2,28	0,27	14,91	
№109,2013	20	33,65	0,71	0,11	7,47	
<b>Всего</b>	<b>705</b>	<b>847,25</b>	<b>23,70</b>	<b>25,34</b>	<b>113,46</b>	
<b>ОБЕД 88,00 р. МО</b>						
№202,2005	255	121,48	2,41	6,09	14,26	
№135,2004	100	245,92	12,94	16,46	11,50	
№ 312,2022	200	281,44	6,60	7,25	47,45	
54-13гн-2020	200	113,57	0,16	0,16	27,87	
№108,2013	30	71,19	2,28	0,27	14,91	
№109,2013	20	33,65	0,71	0,11	7,47	
<b>Всего</b>	<b>805</b>	<b>867,25</b>	<b>25,10</b>	<b>30,34</b>	<b>123,46</b>	
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы
<b>3 день 2 неделя ОВЗ 158,50</b>						
<b>ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена</b>						
№332,1996	Тефтели рыбные с рисом ( минтай) запеченные	60	164,55	13,56	10,43	21,63
№511,2004	рис отварной	150	236,74	2,04	1,88	27,91
№597,2004	Соус молочный 50	50	71,19	2,28	0,27	14,91
54-13гн-2020	Чай витаминный ягодный	200	44,86	0,94	0,14	9,96
№109,2013	Хлеб ржаной и пшеничный	60	93,24	0,84	0,84	20,58
<b>Всего</b>		<b>520</b>	<b>610,58</b>	<b>19,66</b>	<b>13,56</b>	<b>94,99</b>
<b>ОВЗ 98,50 р. ОБЕД</b>						
1016,2012	Салат из моркови с м/раст	60	142,12	4,12	1,96	27,00
№202,2005	Суп из овощей со сметаной 250/5 гр	255	121,48	2,41	6,09	14,26
№135,2004	Кнели куриные с рисом ,запеченные в соусе молочном 50/50	100	245,92	12,94	16,46	11,50
№ 312,2022	Макаронные изделия отварные	150	281,44	6,60	7,25	47,45
54-13гн-2020	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	113,57	0,16	0,16	27,87
№108,2013	Хлеб пшеничный 50 гр	50	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржаной-пшеничный 50 гр	30	33,65	0,71	0,11	7,47
<b>Всего</b>		<b>845</b>	<b>1 009,37</b>	<b>29,22</b>	<b>32,30</b>	<b>150,46</b>
<b>ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена</b>						
ТТК, ЦПЛ	Сдоба с повидлом 75 гр	75	304,70	6,20	8,53	50,79
№644, 2004	Кисель из св/морож. ягоды 200 гр	200	138,81	0,41	0,10	34,07
<b>Всего</b>		<b>275</b>	<b>443,51</b>	<b>6,61</b>	<b>8,63</b>	<b>84,86</b>



<b>Итого за день</b>			<b>2063,46</b>	<b>55,49</b>	<b>54,49</b>	<b>330,31</b>
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы
	<b>3 день 2 неделя ОВЗ 176</b>					
<b>ОВЗ 60 р. ЗАВТРАК 1 смена</b>						
332,1996	Тефтели рыбные с рисом ( минтай) запеченные	60	164,55	13,56	10,43	21,63
№520, 2004	рис отварной	150	236,74	2,04	1,88	27,91
№597,2004	Соус молочный 50	50	71,19	2,28	0,27	14,91
54-13гн-2020	Чай витаминный ягодный	200	44,86	0,94	0,14	9,96
№109,2013	Хлеб ржаной Украинский и пшеничный 1 С	60	93,24	0,84	0,84	20,58
	<b>Всего</b>	<b>520</b>	<b>610,58</b>	<b>19,66</b>	<b>13,56</b>	<b>94,99</b>
<b>ОВЗ 116 р. ОБЕД</b>						
1016,2012	Салат из моркови с м/раст	60	142,12	4,12	1,96	27,00
№202,2005	Суп из овощей со сметаной 250/5 гр	255	121,48	2,41	6,09	14,26
№135,2004	Кнели куриные с рисом ,запеченые в соусе молочном	100	245,92	12,94	16,46	11,50
№ 312,2022	Макаронные изделия отварные	180	281,44	6,60	7,25	47,45
54-13хн-2020	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	113,57	0,16	0,16	27,87
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	50	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20гр	50	33,65	0,71	0,11	7,47
	<b>Всего</b>	<b>895</b>	<b>1 009,37</b>	<b>29,22</b>	<b>32,30</b>	<b>150,46</b>
<b>ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена</b>						
ТТК, ЦПЛ	Сдоба с повидлом 75 гр	75	304,70	6,20	8,53	50,79
№644, 2004	Кисель из св/м ягоды 200 гр	200	138,81	0,41	0,10	34,07
	<b>Всего</b>	<b>275</b>	<b>443,51</b>	<b>6,61</b>	<b>8,63</b>	<b>84,86</b>
<b>Итого за день</b>			<b>2063,46</b>	<b>55,49</b>	<b>54,49</b>	<b>330,31</b>
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы
	<b>3 день 2 неделя</b>					
<b>платное питание Завтрак 90р.</b>						
332,1996	Тефтели рыбные с рисом ( минтай) запеченные	60	164,55	13,56	10,43	21,63
№520, 2004	рис отварной	150	136,74	2,04	1,88	27,91
№597,2004	Соус молочный 50	50	71,19	2,28	0,27	14,91
54-13гн-2020	Чай витаминный ягодный	200	44,86	0,94	0,14	9,96
№109,2013	Хлеб ржаной и пшеничный	60	93,24	0,84	0,84	20,58
	<b>Всего</b>	<b>520</b>	<b>510,58</b>	<b>19,66</b>	<b>13,56</b>	<b>94,99</b>
<b>платное питание Обед 150р.</b>						
1016,2012	Салат из моркови с м/раст	60	142,12	4,12	1,96	27,00
№202,2005	Суп из овощей со сметаной 250/5 гр	255	121,48	2,41	6,09	14,26
№135,2004	Кнели куриные с рисом,запеченые в соусе молочном 50/50	100	245,92	12,94	16,46	11,50
№ 312,2022	Макаронные изделия отварные	180	281,44	6,60	7,25	47,45
54-13хн-2020	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	113,57	0,16	0,16	27,87
№108,2013	Хлеб пшеничный 50 гр	50	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный Украинский 50гр	50	33,65	0,71	0,11	7,47