

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 153



МЕНЮ на 15.10. 2022г

| № рец. | Наименование блюда | Выход, г | ккал | Белки | жиры | Углеводы |
|---|--|------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|
| 6 день 2 неделя | | | | | | |
| ОБЕД 88,00 р. МО | | | | | | |
| №124, 2004 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5г | 255 | 108,74 | 2,25 | 6,05 | 11,31 |
| №451,2004 | Биточки рубленые из филе птицы 50 гр | 50 | 277,54 | 14,79 | 17,88 | 14,35 |
| №257,2013 | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 303,04 | 9,04 | 8,04 | 48,62 |
| 553/3, 1996 | Соус сметанный 50 гр | 50 | 27,20 | 0,77 | 1,30 | 3,11 |
| 4-10,11,12хн-202 | Компот из св/морож. ягод | 200 | 136,24 | 0,15 | 1,42 | 30,72 |
| №108,2013 | Хлеб пшеничный 50 гр | 50 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| №109,2013 | Хлеб ржано-пшеничный 50 гр | 50 | 56,08 | 1,18 | 0,18 | 12,45 |
| | Всего | 855 | 980,03 | 30,46 | 35,14 | 135,47 |
| 6 день 2 неделя ОВЗ 176 | | | | | | |
| ОВЗ 60.00 р. ЗАВТРАК 1 смена | | | | | | |
| 421,2005 | Макаронные изделия отвар с сыром, м/слив 150/15/5 | 170 | 337,99 | 8,24 | 12,70 | 30,17 |
| 54-3гн-2020 | Чай с сахаром 200/7 | 200 | 62,57 | 0,26 | 0,06 | 15,25 |
| № 108, сб. 2013г | Хлеб пшеничный 40 гр | 40 | 94,92 | 3,04 | 0,36 | 19,88 |
| №109,2013 | Хлеб ржано-пшеничный 25 гр | 25 | 56,08 | 1,18 | 0,18 | 12,45 |
| пром. | фрукты свежие 120 г | 120 | 84,36 | 0,76 | 0,76 | 18,62 |
| | Всего | 555 | 635,92 | 13,48 | 14,06 | 96,37 |
| ОВЗ 116 р. ОБЕД | | | | | | |
| 75,1996 | Икра морковная | 60 | 30,00 | 2,00 | 0,08 | 5,32 |
| №124, 2004 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5г | 255 | 108,74 | 2,25 | 6,05 | 11,31 |
| №451,2004 | Биточки рубленые из филе птицы 50 гр | 50 | 277,54 | 14,79 | 17,88 | 14,35 |
| №257,2013 | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 303,04 | 9,04 | 8,04 | 48,62 |
| 553/3, 1996 | Соус сметанный 50 гр | 50 | 27,20 | 0,77 | 1,30 | 3,11 |
| 4-10,11,12хн-202 | Компот из св/морож. ягод | 200 | 136,24 | 0,15 | 1,42 | 30,72 |
| №108,2013 | Хлеб пшеничный 30 гр | 30 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| №109,2013 | Хлеб ржано-пшеничный 25 гр | 25 | 56,08 | 1,18 | 0,18 | 12,45 |
| | Всего | 870 | 1 010,03 | 32,46 | 35,22 | 140,79 |
| ОВЗ 60.00 р. ПОЛДНИК 2 - я смена | | | | | | |
| №117,2000 | Булочка дорожная | 100 | 323,15 | 6,33 | 8,49 | 14,96 |
| №869,2005 | Кисель из св/мор ягод | 200 | 138,81 | 0,41 | 0,10 | 34,07 |
| | Всего | 300 | 461,96 | 6,74 | 8,59 | 49,03 |
| | Итого за день | | 2107,91 | 52,68 | 57,87 | 286,19 |
| 6 день 2 неделя | | | | | | |
| платное питание Завтрак 90р. | | | | | | |
| 421,2005 | Макаронные изделия отварные с сыром, маслом 150/15 | 170 | 337,99 | 8,24 | 12,70 | 30,17 |
| 54-3гн-2020 | Чай с сахаром 200/7 | 200 | 62,57 | 0,26 | 0,06 | 15,25 |
| № 108, сб. 2013г | Хлеб пшеничный 40 гр | 40 | 94,92 | 3,04 | 0,36 | 19,88 |
| №109,2013 | Хлеб ржано-пшеничный 25 гр | 25 | 56,08 | 1,18 | 0,18 | 12,45 |
| пром. | фрукты свежие 120 г | 120 | 84,36 | 0,76 | 0,76 | 18,62 |
| | Всего | 555 | 635,92 | 13,48 | 14,06 | 96,37 |
| платное питание Обед 150р. | | | | | | |
| 75,20 | Икра морковная | 60 | 30,00 | 2,00 | 0,08 | 5,32 |
| №124, 2004 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5г | 255 | 108,74 | 2,25 | 6,05 | 11,31 |
| №451,2004 | Биточки рубленые из филе птицы 50 гр | 50 | 277,54 | 14,79 | 17,88 | 14,35 |
| №257,2013 | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 303,04 | 9,04 | 8,04 | 48,62 |
| 553/3, 1996 | Соус сметанный 50 гр | 50 | 27,20 | 0,77 | 1,30 | 3,11 |
| 4-10,11,12хн-202 | Компот из св/морож. ягод | 200 | 136,24 | 0,15 | 1,42 | 30,72 |
| №108,2013 | Хлеб пшеничный 30 гр | 30 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| №109,2013 | Хлеб ржано-пшеничный 25 гр | 25 | 56,08 | 1,18 | 0,18 | 12,45 |
| №109,2013 | Всего | 870 | 1 010,03 | 32,46 | 35,22 | 140,79 |