

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 153



Утверждаю  
ООО "Эврика-11"  
А.С. Рыхликская

**МЕНЮ на 11.01.2023г**

3 день 1 неделя ГОС 1-4		Выход, г	ккал	Белки	Жиры	Углеводы
№ рец.	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р					
№101-2013	Сыр твердых сортов / нарезка/	20	141,16	5,36	5,46	0,00
54-16К-2020	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/5	205	227,04	7,11	8,25	56,21
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком 200 гр	200	136,74	2,04	1,88	27,91
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	60	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	<b>Всего</b>	<b>505</b>	<b>620,99</b>	<b>17,73</b>	<b>16,00</b>	<b>108,99</b>
<b>ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00 р.</b>						
№ 306,2010	Котлеты рубленные из птицы	50	262,24	18,42	13,14	17,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 150 гр	150	295,38	4,65	6,73	36,55
№528,1996	Соус молочный 50 гр	50	24,37	0,43	1,04	3,33
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	125,34	1,04	0,06	30,16
№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
	<b>Всего</b>	<b>500</b>	<b>823,38</b>	<b>27,76</b>	<b>21,38</b>	<b>112,48</b>
<b>( Дети военнослужащих) ОБЕД 1- 73,00 р.</b>						
№ 306,2010	Котлеты рубленные из птицы	50	262,24	18,42	13,14	17,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 150 гр	180	295,38	4,65	6,73	36,55
№528,1996	Соус молочный 50 гр	50	24,37	0,43	1,04	3,33
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	125,34	1,04	0,06	30,16
№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
	<b>Всего</b>	<b>530</b>	<b>823,38</b>	<b>27,76</b>	<b>21,38</b>	<b>112,48</b>
<b>ОБЕД 1- 85,00 р. МО</b>						
№139, 2004	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 200 гр	200	100,15	1,99	4,40	11,65
№ 306,2010	Котлеты рубленные из птицы запеченные	50	262,24	18,42	13,14	17,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая	150	295,38	4,65	6,73	36,55
№528,1996	Соус молочный 50 гр	50	24,37	0,43	1,04	3,33
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	125,34	1,04	0,06	30,16
№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	4,96
	<b>Всего</b>	<b>750</b>	<b>923,53</b>	<b>29,75</b>	<b>25,78</b>	<b>119,13</b>
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>3 день 1 неделя</b>						
<b>ОБЕД 88,00 р. МО</b>						
№139, 2004	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 200 гр	200	150,15	5,99	4,40	21,65
№ 306,2010	Котлеты рубленные из птицы	50	262,24	18,42	13,14	17,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая	200	295,38	4,65	6,73	36,55
№528,1996	Соус молочный 50 гр	50	24,37	0,43	1,04	3,33
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	125,34	1,04	0,06	30,16
№108,2013	Хлеб пшеничный 55 гр	55	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 45гр	45	44,86	0,94	0,14	9,96
	<b>Всего</b>	<b>800</b>	<b>973,53</b>	<b>33,75</b>	<b>25,78</b>	<b>134,13</b>
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>3 день 1 неделя ОВЗ 158,50</b>						
<b>ОВЗ 60 р. ЗАВТРАК 1 смена</b>						
№101-2013	Сыр твердых сортов / нарезка/	20	141,16	4,36	5,46	0,00
54-16К-2020	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/5	205	327,04	7,11	8,25	22,66
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком 200 гр	200	136,74	2,04	1,88	17,91

№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	60	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	<b>Всего</b>	<b>505</b>	<b>720,99</b>	<b>16,73</b>	<b>16,00</b>	<b>65,44</b>
<b>ОВЗ 98,50. ОБЕД</b>						
№78,2004	Икра морковная 60 гр	60	120,83	1,81	2,07	1,02
№139, 2004	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 200 гр	200	150,15	2,99	4,40	22,65
№ 306,2010	Котлеты рубленые из птицы	50	262,24	8,42	8,44	10,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 150 гр	150	225,38	4,65	5,73	16,55
№528,1996	Соус молочный 50 гр	50	24,37	0,43	1,04	5,43
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	125,34	1,04	0,06	8,22
№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
	<b>Всего</b>	<b>760</b>	<b>1 024,36</b>	<b>22,56</b>	<b>22,15</b>	<b>89,31</b>
<b>ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена</b>						
№770,2004	Булочка Дорожная 50гр	50	175,44	8,30	10,11	56,48
пром.	Нектар в ассортименте 200 гр	200	88,87	0,74	0,55	20,24
	<b>Всего</b>	<b>250</b>	<b>264,31</b>	<b>9,04</b>	<b>10,66</b>	<b>76,72</b>
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	жиры	Углеводы
<b>3 день 1 неделя ОВЗ 176</b>						
<b>ОВЗ 60 р. ЗАВТРАК 1 смена</b>						
№101-2013	Сыр твердых сортов / нарезка/	20	141,16	5,36	5,46	0,00
54-16К-2020	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/5	205	227,04	7,11	8,25	56,21
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком 200 гр	200	136,74	2,04	1,88	27,91
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	60	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	<b>Всего</b>	<b>505</b>	<b>620,99</b>	<b>17,73</b>	<b>16,00</b>	<b>108,99</b>
<b>ОВЗ 116р. ОБЕД</b>						
№78,2004	Икра морковная 60 гр	60	20,83	1,81	8,07	10,25
№139, 2004	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр	250	150,15	5,99	4,40	21,65
№ 306,2010	Котлеты рубленые из птицы	50	262,24	18,42	13,14	17,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 200гр	200	225,38	4,65	6,73	36,55
№528,1996	Соус молочный 50 гр	50	24,37	0,43	1,04	3,33
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	125,34	1,04	0,06	30,16
№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
	<b>Всего</b>	<b>860</b>	<b>924,36</b>	<b>35,56</b>	<b>33,85</b>	<b>144,38</b>
<b>ОВЗ 60 р. ПОЛДНИК 2-я смена</b>						
№770,2004	Булочка Дорожная 50гр	50	175,44	8,30	10,11	56,48
пром.	Нектар в ассортименте 200 гр	200	88,87	0,74	0,55	20,24
	<b>Всего</b>	<b>250</b>	<b>264,31</b>	<b>9,04</b>	<b>10,66</b>	<b>76,72</b>
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	жиры	Углеводы
<b>3 день 1 неделя</b>						
<b>платное питание Завтрак 90р.</b>						
№101-2013	Сыр твердых сортов / нарезка/	20	141,16	5,36	5,46	0,00
54-16К-2020	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/5	205	227,04	7,11	8,25	56,21
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком 200 гр	200	136,74	2,04	1,88	27,91
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	60	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	<b>Всего</b>	<b>505</b>	<b>620,99</b>	<b>17,73</b>	<b>16,00</b>	<b>108,99</b>
<b>платное питание Обед 150р.</b>						
№78,2004	Икра морковная 60 гр	60	20,83	1,81	8,07	10,25
№139, 2004	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр	250	150,15	5,99	4,40	21,65
№ 306,2010	Котлеты рубленые из птицы	50	262,24	18,42	13,14	17,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 200гр	200	225,38	4,65	6,73	36,55
№528,1996	Соус молочный 50 гр	50	24,37	0,43	1,04	3,33
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	125,34	1,04	0,06	30,16
№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
	<b>Всего</b>	<b>860</b>	<b>924,36</b>	<b>35,56</b>	<b>33,85</b>	<b>144,38</b>