

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 183



Утверждено
ООО «Эврика-11»
Л.С. Рыжанинская

МЕНЮ на 17.01.2023 г

2 день 2 неделя ГОС 1-4		Выход, г	ккал	Белки	Жиры	Углеводы
№ рец	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р 1 смена					
	Тефтели из говядины, запеч. в соусе красн.осн 60/60	120	221,35	13,21	24,15	12,85
№412,2013	Каша перловая рассыпчатая 150 гр	150	218,79	19,92	8,06	41,63
№514, 2004	Какао с молоком 200 гр	200	152,60	4,09	3,70	25,74
54-7гн-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	Всего	540	754,95	41,67	36,48	115,04
ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00р. 2 смена						
№498, 2004	Котлеты из филе птицы с соусом томатным 50/60	110	321,68	13,13	24,29	12,65
№224, 2004	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	292,49	3,30	9,35	23,78
54-7гн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	30,26
№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	894,92	24,18	36,89	91,56
ОБЕД 1- 73,00р. (Дети военнослужащих)						
№498, 2004	Тефтели из говядины, запеч. в соусе красн.осн 60/60	120	321,68	13,13	24,29	12,65
№224, 2004	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	292,49	3,30	9,35	23,78
54-7гн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	30,26
№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	550	894,92	24,18	36,89	91,56
ОБЕД 1- 85,00 МО						
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной 200/5 гр	205	108,13	1,65	1,17	18,50
№498, 2004	Котлеты из филе птицы с соусом томатным 50/60	110	321,68	13,13	24,29	12,65
№224, 2004	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	292,49	3,30	9,35	23,78
54-7гн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	30,26
№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	715	1003,05	25,83	38,06	110,06
ОБЕД 88,00 р. МО						
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5 гр	255	148,13	2,65	3,17	20,50
№498, 2004	Котлеты из филе птицы с соусом томатным 50/60	110	321,68	13,13	24,29	12,65
№224, 2004	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	200	292,49	3,30	9,35	23,78
54-7гн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	30,26
№108,2013	Хлеб пшеничный 50 гр	50	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 40 гр	40	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего	855	1043,05	26,83	40,06	112,06
№ рец	Наименование блюда	Выход, г	ккал	Белки	Жиры	углеводы
2 день 2 неделя ОВЗ 158,50						
ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена						
№366,2004	Запеканка творожно - рисовая с повидлом 200/20 гр	220	386,79	18,21	20,09	44,36
54-3гн-2020	Чай с сахаром 200/10	200	62,57	0,26	0,06	15,25
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	50	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	30	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего	500	565,41	21,69	20,56	84,48
ОВЗ 98,50р. ОБЕД						
№115,2013	Икра свекольная	60	58,44	0,72	1,20	4,44
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5 гр	255	148,13	2,65	1,17	20,50

№498, 2004	Котлеты из филе птицы с соусом томатным 50/60	110	321,68	8,13	12,29	12,65
№224, 2004	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	292,49	3,30	4,35	13,78
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	13,26
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	25	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего	830	1101,49	22,55	22,26	89,50
ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена						
114,2	Булочка сдобная с изюмом	60	271,95	10,87	11,30	31,69
№515,2013	Молоко кипяченое 200 гр	200	117,60	5,60	6,40	9,40
	Всего	260	389,55	16,47	17,70	41,09
	Итого за день		2056,45	60,71	60,52	215,07
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	ккал	Белки	Жиры	углеводы
	2 день 2 неделя ОВЗ 176					
ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 - я смена						
№366,2004	Запеканка творожно - рисовая с повидлом 200/20 гр	220	386,79	28,21	8,09	37,78
54-3гн-2020	Чай с сахаром 200/7	200	62,57	0,26	0,06	15,25
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	50	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	30	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего	500	565,41	31,69	8,56	77,90
ОВЗ 116 р. ОБЕД						
№115,2013	Икра свекольная 60	60	58,44	0,72	4,20	4,44
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5 гр	255	148,13	2,65	6,17	20,50
№498, 2004	Котлеты из филе птицы с соусом томатным 50/60	110	321,68	13,13	24,29	12,65
№224, 2004	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	200	292,49	3,30	9,35	23,78
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	30,26
№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	875	1101,49	27,55	47,26	116,50
ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2 - я смена						
114,2000г	Булочка сдобная с изюмом	60	271,95	10,87	11,30	31,69
№515,2013	Молоко кипяченое 200 гр	200	117,60	5,60	6,40	9,40
	Всего	260	389,55	16,47	17,70	41,09
	Итого за день		2056,45	75,71	73,52	235,49
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	ккал	Белки	Жиры	углеводы
	2 день 2 неделя					
платное питание Завтрак 90р.						
№366,2004	Запеканка творожно - рисовая с повидлом 200/20 гр	220	386,79	28,21	8,09	37,78
54-3гн-2020	Чай с сахаром 200/7	200	62,57	0,26	0,06	15,25
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	50	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	30	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего	500	565,41	31,69	8,56	77,90
платное питание Обед 150р.						
№115,2013	Икра свекольная 60	60	58,44	0,72	4,20	4,44
№132,2004	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5 гр	255	148,13	2,65	6,17	20,50
№498, 2004	Котлеты из филе птицы с соусом томатным 50/60	110	321,68	13,13	24,29	12,65
№224, 2004	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	200	292,49	3,30	9,35	23,78
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	30,26
№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	875	1101,49	27,55	47,26	116,50