

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 153



МЕНЮ на 19.01.2023

4 день 2 неделя ГОС 1-4		Выход, г	ккал	Белки	жиры	Углеводы
№ рец	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р					
№694,2005	Тефтели из филе птицы , запеченные соусе сметанном 60/60	120	270,34	16,79	25,21	19,07
№286,2010	Бобовые отварные (горох)	150	303,04	9,04	8,04	48,62
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	136,73	2,04	1,88	27,91
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№108,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего	520	826,16	31,09	35,54	120,47
ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00 р.						
№ 417-1996	Котлеты мясо -картофельные по -хлыновски с соусом молочным 60/40	100	247,16	13,33	16,37	11,62
№520, 2004	Пюре картофельное 150 гр	150	265,42	3,34	5,17	26,38
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	34,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№ 109, 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 40 гр	40	89,72	1,88	0,28	19,92
	Всего	520	814,71	21,41	22,27	107,17
ОБЕД 1- 73,00 р. (Дети военнослужащих)						
№ 417-1996	Котлеты мясо -картофельные по -хлыновски с соусом молочным 60/40	100	247,16	13,33	16,37	11,62
№520, 2004	Пюре картофельное 180 гр	180	265,42	3,34	5,17	26,38
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	34,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№ 109, 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 40 гр	40	89,72	1,88	0,28	19,92
	Всего	550	814,71	21,41	22,27	107,17
ОБЕД 1- 85,00 р. МО						
№131, Пермь 2013	Свекольник со сметаной 200/5	205	102,07	0,64	1,36	4,80
№ 417-1996	Котлеты мясо -картофельные по -хлыновски с соусом молочным 60/40	100	247,16	13,33	16,37	11,62
№694,2005	Пюре картофельное	150	265,42	3,34	5,17	26,38
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	34,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 40 гр	40	89,72	1,88	0,28	19,92
	Всего	725	916,78	22,05	23,63	11,97
ОБЕД 88,00 р. МО						
№131, Пермь 2013	Свекольник со сметаной 250/5	255	142,07	2,64	5,36	20,80
№ 417-1996	Котлеты мясо -картофельные по -хлыновски с соусом молочным 60/40	100	247,16	13,33	16,37	11,62
№520, 2004	Пюре картофельное 200 гр	200	265,42	3,34	5,17	26,38
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	34,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 35 гр	35	71,19	2,28	0,27	14,91
№ 109, 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 40 гр	40	89,72	1,88	0,28	19,92
	Всего	830	956,78	24,05	27,63	127,97
4 день 2 неделя ОБЗ 158,50						
ОБЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена						
№286,2010	Тефтели из филе птицы , запеченные соусе сметанном	120	370,34	6,79	5,21	10,07
№ 514,2004	Бобовые отварные (горох)	150	203,04	4,04	8,04	18,42
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	136,73	2,04	1,88	7,91

№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	1,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего	520	826,16	15,09	15,54	61,27
	ОВЗ 98,50 р. ОБЕД					
пром	Овощи натуральные /огурцы свежие или помидоры/	60	15,20	0,12	0,00	0,84
№131, Пермь 2013	Свекольник со сметаной 250/5	255	142,07	2,64	5,36	9,91
№ 417-1996	Котлеты мясо -картофельные по -хлыновски с соусом молочным 60/40	100	247,16	6,33	6,37	9,62
№520, 2004	Пюре картофельное 150 гр	150	165,42	3,34	5,17	20,08
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	4,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№ 109, 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 40 гр	40	89,72	1,88	0,28	9,92
	Всего	835	871,98	17,17	17,63	69,62
	ОВЗ 60,00р. ПОЛДНИК 2-я смена					
№769,2004	Булочка Домашняя 100гр	50	189,54	4,61	4,72	32,16
№516,2013	Молоко кипяченое 2,5% - 3, 2 % 200г	200	30,00	0,50	3,20	0,00
	Всего	250	219,54	5,11	7,92	32,16
	Итого за день		1917,68	37,37	41,09	163,05
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	ккал	Белки	жиры	Углеводы
	4 день 2 неделя ОВЗ 176					
	ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена					
№286,2010	Тефтели из филе птицы , запеченные соусе сметанном	120	370,34	16,79	25,21	19,07
№ 514,2004	Бобовые отварные (горох)	200	303,04	9,04	8,04	48,62
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	136,73	2,04	1,88	27,91
№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	570	926,16	31,09	35,54	120,47
	ОВЗ 116 р. ОБЕД					
пром	Овощи натуральные /огурцы свежие,или помидоры/	60	15,20	0,12	0,00	0,84
№131, Пермь 2013	Свекольник со сметаной 250/5	255	142,07	2,64	5,36	20,80
№ 417-1996	Котлеты мясо -картофельные по -хлыновски с соусом молочным 60/40	100	247,16	13,33	16,37	11,62
№520, 2004	Пюре картофельное 200 гр	200	265,42	3,34	5,17	26,38
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	34,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 40 гр	40	89,72	1,88	0,28	19,92
	Всего	885	971,98	24,17	27,63	128,81
	ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена					
№769,2004	Булочка Домашняя	50	189,54	4,61	4,72	32,16
№516,2013	Молоко кипяченое 2,5%- 3,2% 200г	200	30,00	0,50	3,20	0,00
	Всего	250	219,54	6,68	5,18	50,79
	Итого за день		2117,68	61,94	68,35	300,07
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	ккал	Белки	жиры	Углеводы
	4 день 2 неделя					
	платное питание Завтрак 90р.					
№286,2010	Тефтели из филе птицы , запеченные соусе сметанном	120	370,34	16,79	25,21	19,07
№ 514,2004	Бобовые отварные (горох)	200	303,04	9,04	8,04	48,62
№ 514,2004	Кофейный напиток с молоком	200	136,73	2,04	1,88	27,91
54-9гн-2020	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№108,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
№109,2013	Всего	570	926,16	31,09	35,54	120,47
	платное питание Обед 150р.					
пром	Овощи натуральные /огурцы свежие или помидоры/	60	15,20	0,12	0,00	0,84
№131, Пермь 2013	Свекольник со сметаной 250/5	255	142,07	2,64	5,36	20,80
№ 417-1996	Котлеты мясо -картофельные по -хлыновски с соусом молочным 60/40	100	247,16	13,33	16,37	11,62
№520, 2004	Пюре картофельное 200 гр	200	265,42	3,34	5,17	26,38
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	34,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№ 109, сб. 2013г	Хлеб ржано-пшеничный 40 гр	40	89,72	1,88	0,28	19,92
	Всего	885	971,98	24,17	27,63	128,81