



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ № 13

Утверждаю
 ООО "Эврика-11"
 Л.С. Рыхлицкая

МЕНЮ на 10.03.2023

№ рецеп	5 день 1 неделя ГОС 1-4					
	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р					
		Выход, г	ккал	Белки	Жиры	Углеводы
№ 498,2004	Биточки рубленые из птицы запеченные в соусе молоч. 50	110	167,93	6,94	11,72	42,17
№ 417,2005	Макаронные изделия отварные с овощами 150 гр	150	234,54	5,50	6,04	39,54
54-7гн-2020	Какао с молоком 200 гр	200	152,60	4,09	3,70	25,74
№ 108, сб. 2013г	хлеб пшеничный 40 гр	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего	520	694,85	20,51	21,96	137,29
	ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00 р.					
№493,2004	Филе птицы тушеное в сметанном соусе 50/60 гр	110	262,80	15,72	21,11	2,49
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая 150 гр	150	339,04	9,04	8,04	48,62
54-6хн-2020	Напиток витаминизированный "Черносмородиновый"	200	105,01	0,25	0,10	25,78
№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	822,90	28,23	29,66	101,76
	(Дети военнослужащих) ОБЕД 1- 73,00 р.					
№493,2004	Филе птицы тушеное в сметанном соусе 50/60 гр	110	262,80	15,72	21,11	2,49
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая 150 гр	150	339,04	9,04	8,04	48,62
54-6хн-2020	Напиток витаминизированный "Черносмородиновый"	200	105,01	0,25	0,10	25,78
№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	822,90	28,23	29,66	101,76
	ОБЕД 1- 85,00 р. МО					
№134, 2004	Суп Крестьянский с крупой 200 гр	200	82,63	0,99	2,19	4,98
№493,2004	Филе птицы тушеное в сметанном соусе 50/60 гр	110	262,80	15,72	21,11	2,49
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая 150 гр	150	339,04	9,04	8,04	48,62
54-6хн-2020	Напиток витаминизированный "Черносмородиновый"	200	105,01	0,25	0,10	25,78
№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	710	905,53	29,22	31,85	106,74
	ОБЕД 88,00 р. МО					
№134, 2004	Суп Крестьянский с крупой 250 гр	250	102,63	1,99	5,19	11,98
№493,2004	Филе птицы тушеное в сметанном соусе 50/60 гр	110	262,80	15,72	21,11	2,49
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая 150 гр	200	339,04	9,04	8,04	48,62
54-6хн-2020	Напиток витаминизированный "Черносмородиновый"	200	105,01	0,25	0,10	25,78
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	50	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	40	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего	850	925,53	30,22	34,85	113,74
№ рецеп	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	5 день 1 неделя ОВЗ 158,50					
	ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена					
№ 498,2004	Биточки рубленые из птицы запеченные в соусе молоч. 5	120	267,93	6,94	12,19	2,67
№ 417,2005	Макаронные изделия отварные с овощами 150 гр	150	234,54	3,50	2,04	19,34
№ 108, сб. 2013г	хлеб пшеничный 40 гр	40	94,92	3,04	0,36	15,88
№109,2013	хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20	44,86	0,94	0,14	9,96
54-7гн-2020	Какао с молоком 200 гр	200	152,60	4,09	3,70	25,74
	Всего	530	794,85	18,51	18,43	73,59
	ОВЗ 98,50 р. ОБЕД					
3-НИИ питания	Салат из моркови отварной с клюквой(брусникой)	60	56,00	1,00	0,12	2,98
№134, 2004	Суп Крестьянский с крупой 250 гр	250	102,63	1,99	5,19	13,98
№493,2004	Филе птицы тушеное в сметанном соусе 50/60 гр	110	262,80	5,72	8,11	2,49
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая 150 гр	150	339,04	8,04	6,12	28,62
54-6хн-2020	Напиток витаминизированный "Черносмородиновый"	200	105,01	0,25	0,10	7,78
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	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	830	981,53	20,22	20,05	80,72
	ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2 смена					
ТТК, ЦПЛ	Шаньга Сибирская 50 гр	50	179,44	4,31	5,60	27,96
№516,2013	Молоко кипяченое 2,5% - 3,2 % 200г	200	32,00	0,00	0,04	0,00
	Всего	250	211,44	4,31	5,64	27,96
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	жиры	Углеводы
	5 день 1 неделя ОВЗ 176					
	ОВЗ 60,00р. ЗАВТРАК					
№ 498,2004	Биточки рублен. из птицы запеч. в соусе молоч. 50/60	120	267,93	6,94	17,19	42,17
№ 417,2005	Макаронные изделия отварные с овощами 150 гр	150	234,54	5,50	6,04	39,54
№ 108, сб. 2013г	хлеб пшеничный 40 гр	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	хлеб ржано-пшеничный 20 гр	40	44,86	0,94	0,14	9,96
54-7гн-2020	Какао с молоком 200 гр	200	152,60	4,09	3,70	25,74
	Всего	550	794,85	20,51	27,43	137,29
	ОВЗ 116 р. ОБЕД					
3-Нии питания	Салат из моркови отварной с клюквой(брусникой)	60	56,00	3,00	0,12	7,98
№134, 2004	Суп Крестьянский с крупой 250 гр	250	102,63	1,99	5,19	11,98
№493,2004	Филе птицы тушеное в сметанном соусе 50/60 гр	110	262,80	15,72	21,11	2,49
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая 200гр	200	303,04	9,04	8,04	48,62
54-6хн-2020	Напиток витаминизированный "Черносмородиновый"	200	105,01	0,25	0,10	25,78
№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	870	945,53	33,22	34,97	121,72
	ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2 -я смена					
ТТК, ЦПЛ	Шаньга Сибирская 50 гр	50	179,44	4,31	5,60	27,96
№516,2013	Молоко кипяченое 2,5 % - 3,2 % 200гр	200	32,00	0,00	0,04	0,00
	Всего	250	211,44	4,31	5,64	27,96
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	5 день 1 неделя					
	платное питание Завтрак 90р.					
№ 498,2004	Биточки рублен.из птицы запеч. в соусе молоч. 50/60	110	267,93	6,94	17,19	42,17
№ 417,2005	Макаронные изделия отварные с овощами 150 гр	150	234,54	5,50	6,04	39,54
№ 108, сб. 2013г	хлеб пшеничный 40 гр	40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	хлеб ржано-пшеничный 20 гр	40	44,86	0,94	0,14	9,96
54-7гн-2020	Какао с молоком 200 гр	200	152,60	4,09	3,70	25,74
	Всего	540	794,85	20,51	27,43	137,29
	платное питание Обед 150р.					
3-Нии питания	Салат из моркови отварной с клюквой(брусникой)	60	56,00	3,00	0,12	7,98
№134, 2004	Суп Крестьянский с крупой 250 гр	250	102,63	1,99	5,19	11,98
№493,2004	Филе птицы тушеное в сметанном соусе 50/60 гр	110	262,80	15,72	21,11	2,49
№237, 2013	Каша гречневая рассыпчатая 200гр	200	303,04	9,04	8,04	48,62
54-6хн-2020	Напиток витаминизированный "Черносмородиновый"	200	105,01	0,25	0,10	25,78
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	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	880	945,53	33,22	34,97	121,72