



Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 153

МЕНЮ на 23.03.2023

Утверждаю
ООО "Эврика-11"

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	ккал	Жиры	Углеводы	углеводы
4 день 1 неделя ГОС 1-4						
ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р						
№286,2010	Тефтели из филе птицы в соусе молочном 60/60	120	247,16	13,33	16,37	11,62
№ 142,2015	Картофель и овощи тушенные	150	175,57	4,93	5,87	50,75
54-3гн-2020	Чай с сахаром 200/10	200	62,57	0,26	0,06	15,25
№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	520	601,35	21,74	22,71	102,49
ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00 р.						
№ 312,2011	Кнели из говядины 50 гр	50	279,02	14,40	17,19	16,68
514-2004	Бобовые отварные (горох)	150	165,42	3,34	5,17	26,38
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	30,26
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 60 гр	60	142,38	4,56	0,54	29,82
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего	540	850,78	29,25	27,25	122,14
(Дети военнослужащих) ОБЕД 1- 73,00 р.						
№ 312,2011	Кнели из говядины 50 гр	50	279,02	14,40	17,19	16,68
514-2004	Бобовые отварные (горох)	180	165,42	3,34	5,17	26,38
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	30,26
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 60 гр	60	142,38	4,56	0,54	29,82
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего	570	850,78	29,25	27,25	122,14
ОБЕД 1- 85,00 р. МО						
№135,2004	Суп из овощей со сметаной 200/5 гр	205	91,48	0,41	1,09	4,26
№ 312,2011	Кнели из говядины 50 гр	50	279,02	14,40	17,19	16,68
514-2004	Бобовые отварные (горох)	150	165,42	3,34	5,17	26,38
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	30,26
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 60 гр	60	142,38	4,56	0,54	29,82
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего	795	942,26	29,66	28,34	126,40
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
4 день 1 неделя						
ОБЕД 88,00 р. МО						
№135,2004	Суп из овощей со сметаной 250/5 гр	255	121,48	2,41	6,09	14,26
№ 312,2011	Кнели из говядины 50 гр	50	279,02	14,40	17,19	16,68
514-2004	Бобовые отварные (горох)	200	165,42	3,34	5,17	26,38
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	30,26
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 60 гр	60	142,38	4,56	0,54	29,82
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 35 гр	35	67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего	850	972,26	31,66	33,34	136,40
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
4 день 1 неделя ОВЗ 158,50						
ОВЗ 60 р. ЗАВТРАК 1 смена						
№286,2010	Тефтели из филе птицы в соусе молочном 60/60	120	247,16	10,33	12,37	12,62
№ 142,2015	Картофель и овощи тушенные	150	275,57	4,93	5,87	21,99
54-3гн-2020	Чай с сахаром 200/10	200	62,57	0,26	0,06	15,25
№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	520	701,35	18,74	18,71	74,73
ОВЗ 98,50 р. ОБЕД						
71-2004	салат овощной с фасолью	60	15,20	0,80	0,00	2,39
№135,2004	Суп из овощей со сметаной 250/5 гр	255	121,48	2,41	6,09	8,26
№ 312,2011	Кнели из говядины 50 гр	50	279,02	4,40	7,19	10,68
514-2004	Бобовые отварные (горох)	150	165,42	2,34	4,17	16,38

№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	1,84	5,07
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 60 гр	60	142,38	4,56	0,54	23,82
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего	855	987,46	21,46	21,34	85,60
	ОВЗ 60,00р. ПОЛДНИК 2 смена					
№108,2000	Рулетик с маком 50 гр	50	296,56	7,78	6,57	51,58
№502,2013	Кисель абрикосовый 200 гр	200	129,15	0,13	0,05	32,04
	Всего	250	425,71	7,91	6,62	83,62
	Итого за день		2 114,52	48,11	46,67	243,95
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	4 день 1 неделя ОВЗ 176					
	ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена					
№286,2010	Тефтели из филе птицы в соусе молочном 60/60	120	247,16	13,33	16,37	11,62
№ 142,2015	Картофель и овощи тушеные	150	275,57	4,93	5,87	50,75
54-3гн-2020	Чай с сахаром 200/10	200	62,57	0,26	0,06	15,25
№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	520	701,35	21,74	22,71	102,49
	ОВЗ 116,00 р. ОБЕД					
71-2004	салат овощной с фасолью	60	15,20	0,80	0,00	3,00
№135,2004	Суп из овощей со сметаной 250/5 гр	255	121,48	2,41	6,09	14,26
№ 312,2011	Кнели куриные 50 гр	50	279,02	14,40	17,19	16,68
514-2004	Бобовые отварные (горох)	200	165,42	3,34	5,17	26,38
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	30,26
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 60 гр	60	142,38	4,56	0,54	29,82
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего	905	987,46	32,46	33,34	139,40
	ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена					
№108,2000	Рулетик с маком 50 гр	50	296,56	7,78	6,57	51,58
№502,2013	Кисель абрикосовый 200 гр	200	129,15	0,13	0,05	32,04
	Всего	250	425,71	7,91	6,62	83,62
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Белки	Углеводы
	4 день 1 неделя					
	платное питание Завтрак 90р.					
№286,2010	Тефтели из филе птицы в соусе молочном 60/60	120	247,16	13,33	16,37	11,62
№ 142,2015	Картофель и овощи тушеные	150	275,57	4,93	5,87	50,75
54-3гн-2020	Чай с сахаром 200/10	200	62,57	0,26	0,06	15,25
№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	520	701,35	21,74	22,71	102,49
	платное питание Обед 150р.					
71-2004	салат овощной с фасолью	60	15,20	0,80	0,00	3,00
№135,2004	Суп из овощей со сметаной 250/5 гр	255	121,48	2,41	6,09	14,26
№ 312,2011	Кнели куриные 50 гр	50	279,02	14,40	17,19	16,68
514-2004	Бобовые отварные (горох)	200	165,42	3,34	5,17	26,38
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200	164,70	4,53	2,84	30,26
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 60 гр	60	142,38	4,56	0,54	29,82
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего	905	987,46	32,46	33,34	139,40