

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 153



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

МЕНЮ на 04.04.23

№ рец.	2 день 1 недели ГОС 1-4		Выход, г	ккал	белки	жиры	углеводы
	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р						
308,2012	Фрикадельки из филе птицы		50	312,58	15,97	15,68	18,65
№237,2013	Каша гречневая рассыпчатая		150	303,04	0,04	4,04	18,62
54-13гн-2020	Чай со смородиной черной 1/200		200	98,45	0,14	0,02	14,43
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр		50	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр		50	95,1	0,94	0,14	9,96
	Всего		500	904,09	20,13	20,24	81,54
	ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00 р.						
332,1996	Тефтели рыбные (минтай) запеченные 60/50		110	239,17	14,96	15,75	18,83
№ 61,2005	в соусе белый основной						
54-9-г-2020	Рагу овощное		150	235,53	3,34	5,17	16,38
54-13хн-2020	Компот из свежих яблок + вишня св/мор.		200	95,81	0,00	0,00	23,95
№ 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	710,29	22,28	21,46	89,00
	(Дети военнослужащих)класс ОБЕД 1- 73,00 р.						
332,1996	Тефтели рыбные (минтай) запеченные 60/50		110	239,17	14,96	15,79	26,83
№ 61,2005	в соусе белый основной						
54-9-г-2020	Рагу овощное		150	235,53	3,34	5,17	26,38
54-13хн-2020	Компот из свежих яблок + вишня св/мор		200	95,81	0,00	0,00	23,95
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр		40	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр		30	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего		530	710,29	22,28	21,46	107,00
	ОБЕД 1- 85,00 р. МО						
№ 57,2010	Борщ с капустой и картофелем 200 гр		200	114,56	2,23	5,03	9,09
332,1996	Тефтели рыбные (минтай) запеченные 60/50		110	239,17	14,96	15,79	26,83
№ 61,2005	в соусе белый основной						
54-9-г-2020	Рагу овощное		150	235,53	3,34	5,17	26,38
54-13хн-2020	Компот из свежих яблок + вишня св/мор		200	95,81	0,00	0,00	23,95
№ 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	4,96
	Всего		785	824,85	22,28	21,46	111,09
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	
	2 день 1 недели ОБЕД 88,00 р. МО						
№ 57,2010	Борщ с капустой и картофелем 250гр		250	114,56	2,23	5,03	15,09
332,1996	Тефтели рыбные (минтай) запеченные 60/50		110	239,17	14,96	15,79	26,83
№ 61,2005	в соусе белый основной						
54-9-г-2020	Рагу овощное		150	235,53	3,34	5,17	26,38
54-13хн-2020	Компот из свежих яблок + вишня св/мор		200	95,81	0,00	0,00	23,95
№ 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		770	824,85	9,55	10,70	122,09
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	
	2 день 1 недели ОБЗ 158,50						
	ОБЗ 60 р. ЗАВТРАК 1 смена						
308,2012	Фрикадельки из филе птицы		50	312,58	15,97	15,68	18,65
№237,2013	Каша гречневая рассыпчатая		150	303,04	0,04	4,04	18,62
54-13гн-2020	Чай со смородиной черной 1/200		200	98,45	0,14	0,02	14,43
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр		50	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр		50	95,1	0,94	0,14	9,96
	Всего		500	904,09	20,13	20,24	81,54
	ОБЗ 98,50р. ОБЕД						
40-2011	Салат из отварной моркови с яблоками и м/подсол.		60	9,60	0,30	0,00	2,10
№ 57,2010	Борщ с капустой и картофелем 250 гр		250	114,56	2,23	5,03	15,09
332,1996	Тефтели рыбные (минтай) запеченные 60/50		110	239,17	14,96	15,79	26,83

№ 61,2005	в соусе белый основной					
54-9-г-2020	Рагу овощное	150	235,53	3,34	5,17	16,38
54-13хн-2020	Компот из свежих яблок + вишня	200	95,81	0,00	0,00	3,95
№ 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	830	834,45	9,85	10,70	94,19
ОВЗ 60,00р. ПОЛДНИК 2-я смена						
№687,1994	Булочка со сгущенным молоком 75 гр	75	210,56	4,65	3,96	39,08
№515,2013	Молоко кипяченое 2,5% - 3,2% 200 гр	200	117,60	5,60	6,40	9,40
	Всего	275	328,16	10,25	10,36	48,48
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	жиры	Углеводы
2 день 1 неделя ОВЗ 176						
ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена						
308,2012	Фрикадельки из филе птицы	50	312,58	15,97	15,68	18,65
№237,2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	303,04	0,04	4,04	18,62
54-13гн-2020	Чай со смородиной черной 1/200	200	98,45	0,14	0,02	14,43
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр	50	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	50	95,1	0,94	0,14	9,96
	Всего	500	904,09	20,13	20,24	81,54
ОВЗ 116 р. ОБЕД						
40-2011	Салат из отварной моркови с яблоками и м/подсолн.	60	9,60	0,30	0,00	2,10
№57,2010	Борщ с капустой и картофелем 200 гр	250	114,56	2,23	5,03	15,09
332,1996	Тефтели рыбные (минтай) запеченные 60/50	110	239,17	14,96	15,79	26,83
№ 61,2005	в соусе белый основной					
54-9-г-2020	Рагу овощное	180	346,53	3,34	5,17	26,38
54-13хн-2020	Компот из свежих яблок + вишня св/мор	200	95,81	0,00	0,00	23,95
№ 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	860	945,45	9,85	10,70	124,19
ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена						
№687,1994	Булочка со сгущенным молоком 75 гр	75	210,56	4,65	3,96	39,08
№515,2013	Молоко кипяченое 200 гр 2,5%-3,2%	200	117,60	5,60	6,40	9,40
	Всего	275	328,16	10,25	10,36	48,48
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	жиры	Углеводы
2 день 1 неделя						
платное питание Завтрак 90р.						
308,2012	Фрикадельки из филе птицы	50	312,58	15,97	15,68	18,65
№237,2013	Каша гречневая рассыпчатая	150	303,04	0,04	4,04	18,62
54-13гн-2020	Чай со смородиной черной 1/200	200	98,45	0,14	0,02	14,43
№ 108, сб. 2013г	Хлеб пшеничный 40 гр	50	94,92	3,04	0,36	19,88
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	50	95,1	0,94	0,14	9,96
	Всего	500	904,09	20,13	20,24	81,54
платное питание Обед 150р.						
40-2011	Салат из отварной моркови с яблоками и м/подсолн	60	9,60	0,30	0,00	2,10
№ 57,2010	Борщ с капустой и картофелем 250р	250	114,56	2,23	5,03	15,09
332,1996	Тефтели рыбные (минтай) запеченные 60/50	110	239,17	14,96	15,79	26,83
№ 61,2005	в соусе белый основной					
54-9-г-2020	Рагу овощное	180	346,53	3,34	5,17	26,38
54-13хн-2020	Компот из свежих яблок + вишня б/квсв/мор	200	95,81	0,00	0,00	23,95
№ 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	860	945,45	24,81	26,49	124,19