



МЕНЮ на 19.04.2023г

№ рец.	3 день 1 неделя ГОС 1-4		Выход, г	ккал	Белки	Жиры	Углеводы
	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р						
№101-2013	Сыр твердых сортов / нарезка/		20	141,16	5,36	5,46	0,00
54-16К-2020	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/5		205	227,04	7,11	8,25	56,21
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком 200 гр		200	136,74	2,04	1,88	27,91
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр		60	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		505	620,99	17,73	16,00	108,99
	ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00 р.						
№ 306,2010	Котлеты рубленые из птицы		50	262,24	18,42	13,14	17,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 150 гр		150	295,38	4,65	6,73	36,55
№528,1996	Соус сметанный с томатом 60 гр		60	24,37	0,43	1,04	3,33
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)		200	125,34	1,04	0,06	30,16
№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	823,38	27,76	21,38	112,48
	(Дети военнослужащих) ОБЕД 1- 73,00 р.						
№ 306,2010	Котлеты рубленые из птицы		50	262,24	18,42	13,14	17,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 150 гр		150	295,38	4,65	6,73	36,55
№528,1996	Соус сметанный с томатом 60 гр		60	24,37	0,43	1,04	3,33
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)		200	125,34	1,04	0,06	30,16
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр		40	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		530	823,38	27,76	21,38	112,48
	ОБЕД 1- 85,00 р. МО						
№ 206,2005	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 200 гр		200	100,15	1,99	4,40	11,65
№ 306,2010	Котлеты рубленые из птицы запеченые		50	262,24	18,42	13,14	17,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая		150	295,38	4,65	6,73	36,55
№528,1996	Соус сметанный с томатом 60 гр		60	24,37	0,43	1,04	3,33
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)		200	125,34	1,04	0,06	30,16
№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	4,96
	Всего		750	923,53	29,75	25,78	119,13
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	
	3 день 1 неделя						
	ОБЕД 88,00 р. МО						
№ 206,2005	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 200 гр		250	150,15	5,99	4,40	21,65
№ 306,2010	Котлеты рубленые из птицы		50	262,24	18,42	13,14	17,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая		150	295,38	4,65	6,73	36,55
№528,1996	Соус сметанный с томатом 60 гр		60	24,37	0,43	1,04	3,33
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)		200	125,34	1,04	0,06	30,16
№108,2013	Хлеб пшеничный 55 гр		55	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 45гр		45	44,86	0,94	0,14	9,96
	Всего		810	973,53	33,75	25,78	134,13
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	
	3 день 1 неделя ОБЗ 158,50						
	ОБЗ 60 р. ЗАВТРАК 1 смена						
№101-2013	Сыр твердых сортов / нарезка/		20	141,16	4,36	5,46	0,00
54-16К-2020	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/5		205	327,04	7,11	8,25	22,66
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком 200 гр		200	136,74	2,04	1,88	17,91
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр		60	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		505	720,99	16,73	16,00	65,44
	ОБЗ 98,50. ОБЕД						
20-2003	Салат "Здоровье"		60	120,83	1,81	2,07	1,02

№ 206,2005	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 200 гр	200	150,15	2,99	4,40	22,65
№ 306,2010	Котлеты рубленые из птицы	50	262,24	8,42	8,44	10,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 150 гр	150	225,38	4,65	5,73	16,55
№528,1996	Соус сметанный с томатом 60 гр	60	24,37	0,43	1,04	5,43
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	125,34	1,04	0,06	8,22
№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	770	1 024,36	22,56	22,15	89,31
	ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена					
№770,2004	Булочка Дорожная 50гр	50	175,44	8,30	10,11	56,48
пром.	Нектар в ассортименте 200 гр	200	88,87	0,74	0,55	20,24
	Всего	250	264,31	9,04	10,66	76,72
№ рец	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	жиры	Углеводы
	3 день 1 неделя ОВЗ 176					
	ОВЗ 60 р. ЗАВТРАК 1 смена					
№101-2013	Сыр твердых сортов / нарезка/	20	141,16	5,36	5,46	0,00
54-16К-2020	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/5	205	227,04	7,11	8,25	56,21
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком 200 гр	200	136,74	2,04	1,88	27,91
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	60	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	505	620,99	17,73	16,00	108,99
	ОВЗ 116р. ОБЕД					
20-2003	Салат "Здоровье"	60	20,83	1,81	8,07	10,25
№ 206,2005	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр	250	150,15	5,99	4,40	21,65
№ 306,2010	Котлеты рубленые из птицы	50	262,24	18,42	13,14	17,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 200гр	150	225,38	4,65	6,73	36,55
№528,1996	Соус сметанный с томатом 60 гр	60	24,37	0,43	1,04	3,33
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	125,34	1,04	0,06	30,16
№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	820	924,36	35,56	33,85	144,38
	ОВЗ 60 р. ПОЛДНИК 2-я смена					
№770,2004	Булочка Дорожная 50гр	50	175,44	8,30	10,11	56,48
пром.	Нектар в ассортименте 200 гр	200	88,87	0,74	0,55	20,24
	Всего	250	264,31	9,04	10,66	76,72
№ рец	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	жиры	Углеводы
	3 день 1 неделя					
	платное питание Завтрак 90р.					
№101-2013	Сыр твердых сортов / нарезка/	20	141,16	5,36	5,46	0,00
54-16К-2020	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/5	205	227,04	7,11	8,25	56,21
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком 200 гр	200	136,74	2,04	1,88	27,91
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	60	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	505	620,99	17,73	16,00	108,99
	платное питание Обед 150р.					
20-2003	Салат "Здоровье"	60	20,83	1,81	8,07	10,25
№ 206,2005	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр	250	150,15	5,99	4,40	21,65
№ 306,2010	Котлеты рубленые из птицы	50	262,24	18,42	13,14	17,57
124,2004	Каша перловая рассыпчатая 200гр	200	225,38	4,65	6,73	36,55
№528,1996	Соус сметанный с томатом 60 гр	60	24,37	0,43	1,04	3,33
54-5хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	125,34	1,04	0,06	30,16
№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	924,36	35,56	33,85	144,38

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 153

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «ЭВРИКА-11»



Дополнительное МЕНЮ

на 19 апреля 2023 г

Наименование блюд	выход гр.	Цена	Энергетическая Ценность, ккал
Восица в тесте	90	47.00	247
Ватрушка с повидлом	75	25.00	256
Дорожки с сыром	75	25.00	237
Дорожки с капустой	75	20.00	266
Булочка с корицей	75	25.00	214
Сдоба с вар. сир.	75	25.00	217
Булочки дрожжевые	75	25.00	187
Каша ман. ягневая	205	20.00	227
Макар. из отс. овош.	150	25.00	207
Гушкет из говядины	30/40	60.00	156
Котлеты куриные	50	40.00	114
Салат "Здоровье"	100	25.00	104
Чай с сахаром	200	6.00	67
Каша перлов. рассып.	150	20.00	116
Суп гороховый	250	20.00	125
Корейской начинкой	200	20.00	140
Салат из кукурузы с яйцом и св. огурц.	100	25.00	212
Жюльот из курицы	200	20.00	123
Сырники с повидлом	100/20	50.00	358

Повар-бигадр Тасевова А.В.