



Директор МБОУ СОШ № 153



ООО "Эврика-11"
Л.С. Рыжлицкая

Меню на 04.09 2023

№ рец.	1 день 1 недели ГОС 1-4					
	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р 1 смена					
		Выход, г	ккал	белки	жиры	Углеводы
54-24к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	150	267,38	13,34	17,87	38,30
54-2гн-2020	Чай с сахаром 1/200	200	26,80	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
пром	Фрукты свежие * (яблоки)	120	62,00	0,96	0,24	9,00
	Всего	520	472,23	17,78	18,58	87,42
	ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00 р. 2 смена					
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	60	182,56	8,21	12,75	8,50
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	234,54	5,50	6,04	21,54
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	16,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
		520	728,77	18,99	20,75	80,29
	(дети военнослужащих)ОБЕД 1- 73,00 р. 2 смена					
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	60	182,56	8,21	12,75	8,50
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	234,54	5,50	6,04	21,54
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	16,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
		540	728,77	18,99	20,75	80,29
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	ОБЕД 85,00 р. МО					
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	145,54	3,08	6,60	8,48
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	60	182,56	3,21	2,75	8,50
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	234,54	5,50	6,04	11,54
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	16,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
		720	874,31	13,99	10,75	70,29
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	1 день 1 недели ОБЕД 88,00 р.					
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	145,54	3,08	6,60	8,48
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	60	182,56	3,21	2,75	8,50
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	234,54	5,50	6,04	11,54
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	16,34
№108,2013	Хлеб пшеничный	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	67,29	1,41	0,21	14,94
		800	874,31	13,99	10,75	70,29
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	1 день 1 недели ОБЗ 158,50					
	ОБЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена					
54-24к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	150	267,38	13,34	17,87	38,30
54-2гн-2020	Чай с сахаром 1/200	200	26,80	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
пром	Фрукты свежие * (яблоки)	120	62,00	0,96	0,24	9,00
	Всего	520	472,23	17,78	18,58	87,42

ОВЗ 98,50 р. ОБЕД						
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
54-2з-2020	Огурцы свежие (нарезка)	60	30,00	5,15	2,45	3,75
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	145,54	3,08	6,60	8,48
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	60	182,56	3,21	2,75	8,50
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	234,54	5,50	6,04	11,54
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	16,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего	780	904,31	22,22	19,80	82,52
ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена						
75,2000	Ватрушка с творогом 75гр	75	208,65	9,48	4,13	33,39
пром.	Нектар в ассортименте 200 гр	200	88,87	0,74	0,55	20,24
	Всего	275	297,52	10,22	4,68	53,63
1 день 1 недели ОВЗ 176						
ОВЗ 60,00р. ЗАВТРАК 1 смена						
54-24к-2020	Каша жидкая молочная пшениная	200	267,38	13,34	17,87	38,30
54-2гн-2020	Чай с сахаром 1/200	200	26,80	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
пром.	Фрукты свежие * (яблоки)	120	62,00	0,96	0,24	9,00
	Всего	570	472,23	17,78	18,58	87,42
ОВЗ 116,00р. ОБЕД						
54-2з-2020	Огурцы свежие (нарезка)	100	30,00	5,15	2,45	3,75
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	145,54	3,08	6,60	8,48
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	60	181,56	3,21	2,75	8,50
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	234,54	5,50	6,04	11,54
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	16,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего	900	904,31	22,22	19,80	82,52
ОВЗ 60.00р. ПОЛДНИК 2-я смена						
	Ватрушка с творогом 75гр	75	208,65	9,48	4,13	33,39
пром.	Нектар в ассортименте 200 гр	200	88,87	0,74	0,55	20,24
	Всего	275	297,52	10,22	4,68	53,63
1 день 1 недели						
платное питание Завтрак 100р.						
54-24к-2020	Каша жидкая молочная пшениная	200	267,38	13,34	17,87	38,30
54-2гн-2020	Чай с сахаром 1/200	200	26,80	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
пром.	Фрукты свежие * (яблоки)	120	62,00	0,96	0,24	9,00
	Всего	570	472,23	17,78	18,58	87,42
платное питание Обед 160р.						
54-2з-2020	Огурцы свежие (нарезка)	100	30,00	5,15	2,45	3,75
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	145,54	3,08	6,60	8,48
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	60	181,56	3,21	2,75	8,50
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50	31,97	1,01	1,30	4,06
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	234,54	5,50	6,04	11,54
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	141,22	0,58	0,18	16,34
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30	71,19	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30	67,29	1,41	0,21	14,94
	Всего	900	903,31	22,22	19,80	82,52