

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 153



МЕНЮ на 14.09.. 2023

№ рец.	4 день 2 неделя ГОС 1-4					
	ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 70,00 р					
		Выход, г	ккал	Белки	жиры	Углеводы
54-22м-2020	Рагу из курицы	200	217,4	6,79	9,21	15,07
54-3г-2020	чай с сахаром и лимоном	200	27,90	2,04	1,88	7,90
108-2013	Хлеб пшеничный	50	140,92	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,16	0,94	0,14	9,96
	Всего	500	484,38	12,05	11,50	88,40
ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00 р.						
54-29м-2020	Фрикадельки из филе курицы в соусе сметанном 60/50	110	247,16	13,33	16,37	11,62
54-6г-2020	рис отварной	150	165,42	3,34	5,17	16,38
54-6хн-2020	Компот из св / морож ягод (в ассортименте) ****	200	141,22	0,58	0,18	24,24
№108,2013	Хлеб пшеничный	50	140,92	2,28	0,27	14,91
№ 109, 2013	Хлеб ржано-пшеничный	20	44,86	1,88	0,28	19,92
	Всего	530	739,58	21,41	22,27	87,07
ОБЕД 1- 73,00 р. (Дети военнослужащих)						
54-29м-2020	Фрикадельки из филе курицы в соусе сметанном 60/50	110	247,16	13,33	16,37	11,62
54-6г-2020	рис отварной	150	165,42	3,34	5,17	16,38
54-6хн-2020	Компот из св / морож ягод (в ассортименте) ****	200	141,22	0,58	0,18	24,24
№108,2013	Хлеб пшеничный	50	140,92	2,28	0,27	14,91
№ 109, 2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	44,86	1,88	0,28	19,92
	Всего	540	739,58	21,41	22,27	87,07
ОБЕД 1- 85,00 р. МО						
54-18с-2022	Свекольник со сметаной	200	102,07	0,64	1,36	4,80
54-29м-2020	Фрикадельки из филе курицы в соусе сметанном 60/50	110	247,16	13,33	16,37	11,62
54-6г-2020	рис отварной	150	165,42	3,34	5,17	16,38
54-6хн-2020	Компот из св / морож ягод (в ассортименте) ****	200	141,22	0,58	0,18	24,24
№108,2013	Хлеб пшеничный	50	140,92	2,28	0,27	14,91
№ 109, 2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	44,86	1,88	0,28	19,92
	Всего	740	739,58	22,05	23,63	91,87
ОБЕД 88,00 р. МО						
54-18с-2022	Свекольник со сметаной	250	102,07	0,64	1,36	4,80
54-29м-2020	Фрикадельки из филе курицы в соусе сметанном 60/50	110	247,16	13,33	16,37	11,62
54-6г-2020	рис отварной	180	165,42	3,34	5,17	16,38
54-6хн-2020	Компот из св / морож ягод (в ассортименте) ****	200	141,22	0,58	0,18	24,24
№108,2013	Хлеб пшеничный	50	140,92	2,28	0,27	14,91
№ 109, 2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	44,86	1,88	0,28	19,92
	Всего	820	739,58	22,05	23,63	91,87
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	ккал	Белки	жиры	Углеводы
4 день 2 неделя ОВЗ 158,50						
ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена						
54-22м-2020	Рагу из курицы	200	217,4	6,79	9,21	15,07
54-3г-2020	чай с сахаром и лимоном	200	27,90	2,04	1,88	7,90
108-2013	Хлеб пшеничный	50	140,92	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,16	0,94	0,14	9,96
	Всего	500	484,38	12,05	11,50	88,40
ОВЗ 98,50 р. ОБЕД						
20-2003	Салат "Здоровье"	60	15,20	0,12	0,00	0,84
54-18с-2022	Свекольник со сметаной	200	102,07	0,64	1,36	4,80
54-29м-2020	Фрикадельки из филе курицы в соусе сметанном 60/50	110	247,16	13,33	16,37	11,62

54-6г-2020	рис отварной	150	165,42	3,34	5,17	16,38
54-6хн-2020	Компот из св / морож ягод (в ассортименте) ****	200	141,22	0,58	0,18	24,24
№108,2013	Хлеб пшеничный	50	140,92	2,28	0,27	14,91
№ 109, 2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	44,86	1,88	0,28	19,92
	Всего	800	739,58	22,05	23,63	91,87
ОВЗ 60,00р. ПОЛДНИК 2-я смена						
№769,2004	Булочка Домашняя	50	189,54	4,61	4,72	32,16
№516,2013	Молоко кипяченое 2,5% - 3, 2 % 200г	200	30,00	0,50	3,20	0,00
	Всего	250	219,54	5,11	7,92	32,16
	Итого за день		703,92	17,16	19,42	120,56
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	ккал	Белки	жиры	Углеводы
4 день 2 неделя ОВЗ 176						
ОВЗ 60,00 р. ЗАВТРАК 1 смена						
54-22м-2020	Рагу из курицы	260	217,4	6,79	9,21	15,07
54-3г-2020	чай с сахаром и лимоном	200	27,90	2,04	1,88	7,90
108-2013	Хлеб пшеничный	50	140,92	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,16	0,94	0,14	9,96
	Всего	560	484,38	12,05	11,50	88,40
ОВЗ 116 р. ОБЕД						
20-2003	Салат "Здоровье"	100	15,20	0,12	0,00	0,84
54-18с-2022	Свекольник со сметаной	250	102,07	0,64	1,36	4,80
54-29м-2020	Фрикадельки из филе курицы в соусе сметанном 60/50	110	247,16	13,33	16,37	11,62
54-6г-2020	рис отварной	180	165,42	3,34	5,17	16,38
54-6хн-2020	Компот из св / морож ягод (в ассортименте) ****	200	141,22	0,58	0,18	24,24
№108,2013	Хлеб пшеничный	50	140,92	2,28	0,27	14,91
№ 109, 2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	44,86	1,88	0,28	19,92
	Всего	800	739,58	22,05	23,63	91,87
ОВЗ 60,00 р. ПОЛДНИК 2-я смена						
№769,2004	Булочка Домашняя	50	189,54	4,61	4,72	32,16
№516,2013	Молоко кипяченое 2,5%- 3,2% 200г	200	30,00	0,50	3,20	0,00
	Всего	250	219,54	6,68	5,18	50,79
	Итого за день		219,54	6,68	5,18	50,79
№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	ккал	Белки	жиры	Углеводы
4 день 2 неделя						
платное питание Завтрак 100р.						
54-22м-2020	Рагу из курицы	260	217,4	6,79	9,21	15,07
54-3г-2020	чай с сахаром и лимоном	200	27,90	2,04	1,88	7,90
108-2013	Хлеб пшеничный	50	140,92	2,28	0,27	14,91
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,16	0,94	0,14	9,96
	Всего	560	484,38	12,05	11,50	88,40
платное питание Обед 160р.						
20-2003	Салат "Здоровье"	100	15,20	0,12	0,00	0,84
54-18с-2022	Свекольник со сметаной	250	102,07	0,64	1,36	4,80
54-29м-2020	Фрикадельки из филе курицы в соусе сметанном 60/50	110	247,16	13,33	16,37	11,62
54-6г-2020	рис отварной	180	165,42	3,34	5,17	16,38
54-6хн-2020	Компот из св / морож ягод (в ассортименте) ****	200	141,22	0,58	0,18	24,24
№108,2013	Хлеб пшеничный	50	140,92	2,28	0,27	14,91
№ 109, 2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	44,86	1,88	0,28	19,92
	Всего	800	739,58	22,05	23,63	91,87