

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 153



Меню на 25 10 2021 г

Утверждено
Директор ООО "ЭВРИКА-11"



| № рец. | 1 день 2 неделя ГОС 1-4 | Выход, г | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------|--|----------|----------------------------|--------------|--------------|--------------|
| | ГОС 1-4 класс ЗАВТРАК 65,47 р | | | | | |
| №101,2013 | Сыр твердых сортов порционный 15 гр | 15 | 70,58 | 5,36 | 5,46 | 0,00 |
| №266,2013 | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/5 гр | 200/5 | 273,11 | 7,13 | 13,30 | 31,23 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром 200 | 200 | 61,42 | 0,20 | 0,05 | 15,04 |
| № 108, сб. 2013г | Хлеб пшеничный 40 гр | 40 | 94,92 | 3,04 | 0,36 | 19,88 |
| №109,2013 | Хлеб ржано-пшеничный 30 гр | 30 | 67,29 | 1,41 | 0,21 | 14,94 |
| пром. | Фрукты свежие 120 гр | 120 | 42,00 | 0,96 | 0,24 | 9,00 |
| | Всего | | 609,31 | 18,10 | 19,62 | 90,09 |

ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 65,47 р.

| | | | | | | |
|------------------|-------------------------------------|--------|-----------------|--------------|--------------|---------------|
| №492,2004 | Плов из филе птицы 60/200 гр | 60/200 | 612,68 | 20,97 | 32,69 | 58,65 |
| №638, 2004 | Напиток витаминный (шиповник) 200гр | 200 | 98,45 | 0,14 | 0,02 | 24,43 |
| № 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 | | 850,91 | 25,09 | 33,21 | 112,92 |
| | Итого за день | | 1 460,22 | 43,19 | 52,83 | 203,01 |



Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 153

МЕНЮ на 25.10.2021 г

Утверждаю
Директор ООО "ЭВРИКА-11"

2неделя кор.ОВ3123

1 день 2 неделя ОВ3123

| № рец. | Наименование блюда | Выход, г | руб. | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------------------|--|----------|--------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|
| <i>ОВ3 123 р. ЗАВТРАК</i> | | | | | | | |
| №101,2013 | Сыр порционный 15 гр | 20 | | 70,58 | 5,36 | 5,46 | 0,00 |
| №266,2013 | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/5 гр | 200/5 | | 310,53 | 7,16 | 17,42 | 31,27 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром 200/15 | 200 | | 61,42 | 0,20 | 0,05 | 15,04 |
| № 108, сб. 2013г | Хлеб пшеничный 29 гр | 29 | | 68,82 | 2,20 | 0,26 | 14,41 |
| № 109, сб. 2013г | Хлеб ржано-пшеничный 31 гр | 31 | | 69,53 | 1,46 | 0,22 | 15,44 |
| пром | Фрукты свежие 100 г | 100 | | 56,00 | 1,28 | 0,32 | 12,00 |
| | Всего | | 57,70 | 636,88 | 17,66 | 23,73 | 88,16 |
| <i>ОВ3 123 р. ОБЕД</i> | | | | | | | |
| №106, 2013 | Овощи натуральные /огурцы свежие/ 60 гр | 60 | | 15,20 | 0,80 | 0,00 | 3,00 |
| №139, 2004 | Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр | 250 | | 150,15 | 5,99 | 4,40 | 21,65 |
| №492,2004 | Плов из филе птицы 60/200 гр | 60/200 | | 612,68 | 20,97 | 32,69 | 58,65 |
| №699, 2004 | Напиток витаминный (шиповник) 200гр | 200 | | 98,45 | 0,14 | 0,02 | 24,43 |
| № 108, сб. 2013г | Хлеб пшеничный 22 гр | 22 | | 52,21 | 1,67 | 0,20 | 10,93 |
| №109,2013 | Хлеб ржано-пшеничный 20 гр | 20 | | 44,86 | 0,94 | 0,14 | 9,96 |
| | Всего | | 65,30 | 973,55 | 30,52 | 37,44 | 128,63 |
| <i>ОВ3 123 р. ПОЛДНИК</i> | | | | | | | |
| | Ватрушка с творогом 75гр | 75 | | 208,65 | 9,48 | 4,13 | 33,39 |
| | Нектар в ассортименте 200 гр | 200 | | 88,87 | 0,74 | 0,55 | 20,24 |
| | Всего | | 57,70 | 297,52 | 11,10 | 5,56 | 75,19 |
| | Итого за день | | | 1 907,95 | 59,28 | 66,73 | 291,99 |

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 153



МЕНЮ на 25.10.2021 г

| |
|-------------------------|
| 2 недели ОВЗ 140 |
| 1 день 2 недели ОВЗ 140 |

Утверждаю
Директор ООО "ЭВРИКА-11"



| № рец. | Наименование блюда | Выход, г | руб. | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------------------|---|----------|--------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|
| <i>ОВЗ 140 р. ЗАВТРАК</i> | | | | | | | |
| №101.2013 | Сыр порционный 15гр | 15 | | 70,58 | 5,36 | 5,46 | 0,00 |
| №266.2013 | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/5 | 200/5 | | 310,53 | 7,16 | 17,42 | 31,27 |
| №685.2004 | Чай с сахаром 200 | 200 | | 61,42 | 0,20 | 0,05 | 15,04 |
| № 108, сб. 2013г | Хлеб пшеничный 29 гр | 29 | | 68,82 | 2,20 | 0,26 | 14,41 |
| № 109, сб. 2013г | Хлеб ржано-пшеничный 31 гр | 31 | | 69,53 | 1,46 | 0,22 | 15,44 |
| | Фрукты свежие 100 г | 100 | | 56,00 | 1,28 | 0,32 | 12,00 |
| | Всего | | 57,70 | 636,88 | 17,66 | 23,73 | 88,16 |
| <i>ОВЗ 140 р. ОБЕД</i> | | | | | | | |
| №106.2013 | Овощи натуральные /огурцы свежие/ 100 гр | 100 | | 15,20 | 0,80 | 0,00 | 3,00 |
| №139.2004 | Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр | 250 | | 150,15 | 5,99 | 4,40 | 21,65 |
| №492.2004 | Плов из филе птицы 60/200 гр | 60/200 | | 612,68 | 20,97 | 32,69 | 58,65 |
| №699.2004 | Напиток витаминный (шпинатик) 200гр | 200 | | 98,45 | 0,14 | 0,02 | 24,43 |
| № 108, сб. 2013г | Хлеб пшеничный 21 гр | 21 | | 49,83 | 1,60 | 0,19 | 10,44 |
| №109.2013 | Хлеб ржано-пшеничный 20 гр | 20 | | 44,86 | 0,94 | 0,14 | 9,96 |
| | Всего | | 82,30 | 1 006,17 | 31,24 | 37,63 | 135,63 |
| <i>ОВЗ 140 р. ПОЛДНИК</i> | | | | | | | |
| | Вагрушка с творогом 75гр | 75 | | 208,65 | 9,48 | 4,13 | 33,39 |
| | Нектар в ассортименте 200 гр | 200 | | 88,87 | 0,74 | 0,55 | 20,24 |
| | Всего | | 57,70 | 297,52 | 11,10 | 5,56 | 78,19 |
| | Итого за день | | | 2 038,24 | 60,80 | 66,92 | 298,99 |

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 153



Утверждено
Директор ООО "ЭВРИКА-11"



Меню на 25 10 2021

| № рец. | Наименование блюда | Выход, г | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------|------------------------|----------|-------------------------|-------|------|----------|
| | 2неделя | | | | | |
| | 1 день 2 неделя | | | | | |
| | ЗАВТРАК 60 р, | | | | | |

| | | | | | | |
|------------------|--|-------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| №101,2013 | Сыр твердых сортов порционный 15 гр | 15 | 70,58 | 5,36 | 5,46 | 0,00 |
| №266,2013 | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200/5 гр | 200/5 | 273,11 | 7,13 | 13,30 | 31,23 |
| №685, 2004 | Чай с сахаром 200 | 200 | 61,42 | 0,20 | 0,05 | 15,04 |
| № 108, сб. 2013г | Хлеб пшеничный 40 гр | 40 | 94,92 | 3,04 | 0,36 | 19,88 |
| №109,2013 | Хлеб ржано-пшеничный 30 гр | 30 | 67,29 | 1,41 | 0,21 | 14,94 |
| №112,2013 | Фрукты свежие 120 гр | 120 | 42,00 | 0,96 | 0,24 | 9,00 |
| | Всего | | 609,31 | 18,10 | 19,62 | 90,09 |

ОБЕД 60 р.

| | | | | | | |
|------------------|--------------------------------------|--------|-----------------|--------------|--------------|---------------|
| №492,2004 | Плов из филе птицы 60/200 гр | 60/200 | 612,68 | 20,97 | 32,69 | 58,65 |
| №638, 2004 | Напиток витаминный (шиповник) 200гр | 200 | 98,45 | 0,14 | 0,02 | 24,43 |
| № 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 | | 850,91 | 25,09 | 33,21 | 112,92 |
| | Итого за день | | 1 460,22 | 43,19 | 52,83 | 203,01 |