

МЕНЮ МБОУ СОШ №144

20 ноября 2023 г.

134,31 Обед 1-4 (льготное питание)

№	Питательные вещества	Белки	Жиры	Углеб.	Энерг. ценн. ккал	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Итого	
									г	г
79/2004	0,83	3,05	4,94	50	50	Икра овощная закусочная	60	15,00		
138/1996	7,73	5,67	36,90	232	232	Суп картофельный с бобовыми с гречками 200/20	220	20,00		
280/2015	8,84	11,00	9,85	177	177	Фрикадельки мясные в сметанно-томатном соусе 60/30 (СОШ 2018)	90	60,81		
273,469/1996	5,33	4,89	35,59	212	212	Макаронные отварные	150	20,00		
705/2004	0,68	0,28	29,62	136	136	Напиток из шиповника	200	14,00		
покупной/	3,95	0,50	24,15	118	118	Хлеб пшеничный	50	3,00		
покупной/	1,65	0,30	8,35	44	44	Хлеб ржаной	25	1,50		
				1100	1100	Итого		134,31		

157,29 Обед 5-11 (льготное питание)

№	Питательные вещества	Белки	Жиры	Углеб.	Энерг. ценн. ккал	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Итого	
									г	г
79/2004	1,39	5,08	8,23	84	84	Икра овощная закусочная	100	25,00		
138/1996	8,90	6,78	40,89	262	262	Суп картофельный с бобовыми с гречками 250/20	270	25,00		
280/2015	10,23	12,59	11,14	202	202	Фрикадельки мясные в сметанно-томатном соусе 70/30 (СОШ 2018)	100	66,79		
273,469/1996	6,40	5,87	42,71	254	254	Макаронные отварные	180	22,00		
705/2004	0,68	0,28	29,62	136	136	Напиток из шиповника	200	14,00		
покупной/	3,95	0,50	24,15	118	118	Хлеб пшеничный	50	3,00		
покупной/	1,65	0,30	8,35	44	44	Хлеб ржаной	25	1,50		
				1100	1100	Итого		157,29		

230,24 ДОВЗ (1-4)

№	Питательные вещества	Белки	Жиры	Углеб.	Энерг. ценн. ккал	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Итого	
									г	г
227/1997	0,05	8,25	0,08	75	75	Масло сливочное	10	12,00		
270/2015	13,94	24,83	2,64	288	288	Омлет натуральный 150 (СОШ 2018)	150	65,93		
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	62	Чай с сахаром 200/15	215	15,00		
покупной/	3,95	0,50	24,15	118	118	Хлеб пшеничный	50	3,00		
				544	544	Итого		230,24		
79/2004	0,83	3,05	4,94	50	50	Икра овощная закусочная	60	15,00		
138/1996	7,73	5,67	36,90	232	232	Суп картофельный с бобовыми с гречками 200/20	220	20,00		
280/2015	8,84	11,00	9,85	177	177	Фрикадельки мясные в сметанно-томатном соусе 60/30 (СОШ 2018)	90	60,81		
273,469/1996	5,33	4,89	35,59	212	212	Макаронные отварные	150	20,00		
705/2004	0,68	0,28	29,62	136	136	Напиток из шиповника	200	14,00		
покупной/	3,95	0,50	24,15	118	118	Хлеб пшеничный	50	3,00		
покупной/	1,65	0,30	8,35	44	44	Хлеб ржаной	25	1,50		
				989	989	Итого		230,24		

269,64 ДОВЗ (5-11)

№	Питательные вещества	Белки	Жиры	Углеб.	Энерг. ценн. ккал	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Итого	
									г	г
227/1997	0,05	8,25	0,08	75	75	Масло сливочное	10	12,00		
210/2015	18,58	33,10	3,52	386	386	Омлет натуральный 200 (СОШ 2018)	200	82,35		
628/1996	0,10	0,03	15,28	62	62	Чай с сахаром 200/15	215	15,00		
покупной/	3,95	0,50	24,15	118	118	Хлеб пшеничный	50	3,00		
				641	641	Итого		269,64		
79/2004	1,39	5,08	8,23	84	84	Икра овощная закусочная	100	25,00		
138/1996	8,90	6,78	40,89	262	262	Суп картофельный с бобовыми с гречками 250/20	270	25,00		
280/2015	10,23	12,59	11,14	202	202	Фрикадельки мясные в сметанно-томатном соусе 70/30 (СОШ 2018)	100	66,79		
273,469/1996	6,40	5,87	42,71	254	254	Макаронные отварные	180	22,00		
705/2004	0,68	0,28	29,62	136	136	Напиток из шиповника	200	14,00		
покупной/	3,95	0,50	24,15	118	118	Хлеб пшеничный	50	3,00		
покупной/	1,65	0,30	8,35	44	44	Хлеб ржаной	25	1,50		
				1100	1100	Итого		269,64		

95,93 Завтрак 1-4 (льготное питание)

№	Пищевые вещества		Энерг. ценн. ккал	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры			
22/1997	0,05	8,25	0,08	10	12,00
210/2015	13,94	24,83	2,64	150	65,93
628/1996	0,10	0,03	15,28	215	15,00
покупное/	3,95	0,50	24,15	50	3,00
Итого	18,04	33,61	42,15		95,93

112,35 Завтрак 5-11 (льготное питание)

№	Пищевые вещества		Энерг. ценн. ккал	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры			
22/1997	0,05	8,25	0,08	10	12,00
210/2015	18,56	33,10	3,52	200	82,35
628/1996	0,10	0,03	15,28	215	15,00
покупное/	3,95	0,50	24,15	50	3,00
Итого	22,68	41,88	43,03		112,35

66,00 Абонемент платного питания №1 (Завтрак 1-4)

№	Пищевые вещества		Энерг. ценн. ккал	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры			
22	0,05	8,25	0,08	10	10
294	10,02	13,96	1,82	100	100
628	0,10	0,03	15,28	215	215
покупное/	3,95	0,50	24,15	50	50
Итого	14,12	22,74	41,33		66,00

70,00 Абонемент платного питания №2 (Завтрак 5-11)

№	Пищевые вещества		Энерг. ценн. ккал	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры			
22	0,05	8,25	0,08	10	10
294	11,07	15,40	2,04	110	110
628	0,10	0,03	15,28	215	215
покупное/	3,95	0,50	24,15	50	50
Итого	15,17	24,18	41,55		70,00

103,00 Абонемент платного питания №3 (Обед 5-11)

№	Пищевые вещества		Энерг. ценн. ккал	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры			
138/1996	7,73	5,67	36,90	232	220
280/2015	8,84	11,00	9,85	177	90
273, 469/1996	5,33	4,89	35,59	212	150
покупное/	3,95	0,50	24,15	50	50
Итого	32,10	29,08	160,28		103,00

157,29 Абонемент платного питания №11 (Обед 5-11)

№	Пищевые вещества		Энерг. ценн. ккал	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры			
73/2004	1,39	5,08	8,23	84	100
138/1996	6,84	6,78	40,89	292	270
280/2015	10,23	12,59	11,14	202	100
273, 469/1996	8,40	5,87	42,71	254	180
705/2004	0,68	0,28	29,82	196	200
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	50
Итого	33,20	31,40	165,08		157,29

57,56 Абонемент платного питания №20 (ПД Подлик 1-4)

№	Пищевые вещества		Энерг. ценн. ккал	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры			
338	0,40	9,80	47	100	100
182	5,49	8,50	29,41	218	150/8
628	0,10	0,03	15,28	82	200/15
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	50
Итого	9,94	9,53	78,64		57,56

Технолог Зав. производством
 Согласовано, директор школы
 *Цены на блюда в составе рациона носят справочно-условный характер. Юридически значимая цена питания определена стоимостью рациона, согласно условиям контракта



«СМС-Лечебное питание»
 Для меню и технологических карт
 Общество с ограниченной ответственностью