

Меню на 30 сентября 2022 года

Организованное питание

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
1-4 классы (дотация 64,40) Завтрак							
5	Помидор пикантный	30/3	3,63р.	32,06	0,18	3,10	0,87
422/3	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	50/50	34,40р.	142,22	6,90	8,39	9,97
755	Макароны отварные с овощами	150	13,10р.	219,94	4,92	7,93	32,06
	Напиток с витаминами Витощка	200	10,07р.	78,00			19,40
	Хлеб пшеничный Уральское солнышко	30	1,98р.	88,50	2,55	1,20	16,56
	Хлеб ржаной	20	1,22р.	46,00	1,60	0,20	9,30
Итого			64,40р.	606,72	16,15	20,82	88,16
1-4 классы (дотация 96,58) Обед							
128/3	Рассольник домашний со сметаной	250/10	17,08р.	108,46	2,08	4,51	14,23
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	75/50	56,25р.	205,87	21,49	9,63	4,73
466/3	Рис припущенный с куркумой	150	12,31р.	209,93	3,72	4,71	38,74
638/3	Компот из изюма	200	8,40р.	111,90	0,51		29,17
	Хлеб пшеничный Уральское солнышко	20	1,32р.	59,00	1,70	0,80	11,04
	Хлеб ржаной	20	1,22р.	46,00	1,60	0,20	9,30
Итого			96,58р.	741,16	31,10	19,85	107,21
1-4 классы (льготное питание 160,98)							
Завтрак							
5	Помидор пикантный	30/3	3,63р.	32,06	0,18	3,10	0,87
422/3	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	50/50	34,65р.	142,22	6,90	8,39	9,97
755	Макароны отварные с овощами	150	13,10р.	219,94	4,92	7,93	32,06
	Напиток с витаминами Витощка	200	10,07р.	78,00			19,40
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,22р.	48,00	1,60	0,20	9,60
	Хлеб ржаной	20	1,22р.	46,00	1,60	0,20	9,30
Итого (Завтрак)			63,89р.	566,22	15,20	19,82	81,20
Обед							
128/3	Рассольник домашний со сметаной	250/10	17,08р.	108,46	2,08	4,51	14,23
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	75/50	56,76р.	205,87	21,49	9,63	4,73
466/3	Рис припущенный с куркумой	150	12,31р.	209,93	3,72	4,71	38,74
638/3	Компот из изюма	200	8,40р.	111,90	0,51		29,17
	Хлеб пшеничный Уральское солнышко	20	1,32р.	59,00	1,70	0,80	11,04
	Хлеб ржаной	20	1,22р.	46,00	1,60	0,20	9,30
Итого (Обед)			97,09р.	741,16	31,10	19,85	107,21
Итого			160,98р.	1 307,38	46,30	39,67	188,41
1-4 классы (обед ГПД 89,00) родительская плата							
128/3	Рассольник домашний со сметаной	250/10	17,08р.	108,46	2,08	4,51	14,23
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	60/50	48,01р.	182,59	17,37	9,22	4,73
466/3	Рис припущенный с куркумой	150	12,31р.	209,93	3,72	4,71	38,74
638/3	Компот из изюма	200	8,40р.	111,90	0,51		29,17
	Хлеб пшеничный Уральское солнышко	30	1,98р.	88,50	2,55	1,20	16,56
	Хлеб ржаной	20	1,22р.	46,00	1,60	0,20	9,30
Итого			89,00р.	747,38	27,83	19,84	112,73
5-11 классы (дотация 74,37)							
5	Помидор пикантный	20/2	2,38р.	20,78	0,12	2,00	0,58
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	60/50	33,80р.	182,59	17,37	9,22	4,73

466/3	Рис припущенный с куркумой	180	14,65р.	251,32	4,46	5,60	46,49
	Напиток с витаминами Витошка	200	10,07р.	78,00			19,40
695	Ватрушка с повидлом	75	12,15р.	254,99	4,87	4,59	51,47
	Хлеб пшеничный Уральское солнышко	20	1,32р.	59,00	1,70	0,80	11,04
Итого			74,37р.	846,68	28,52	22,21	133,71
5-11 классы (комплекс 89,00) родительская плата							
5	Помидор пикантный	20/2	2,38р.	20,78	0,12	2,00	0,58
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	60/50	48,43р.	182,59	17,37	9,22	4,73
466/3	Рис припущенный с куркумой	180	14,65р.	251,32	4,46	5,60	46,49
	Напиток с витаминами Витошка	200	10,07р.	78,00			19,40
695	Ватрушка с повидлом	75	12,15р.	254,99	4,87	4,59	51,47
	Хлеб пшеничный Уральское солнышко	20	1,32р.	59,00	1,70	0,80	11,04
Итого			89,00р.	846,68	28,52	22,21	133,71
5-11 классы (комплекс 89,00) без глютена, род/пл.							
	Мясо кур отварное(порц., без кости)	100	68,42р.	157,23	27,65	2,76	0,29
	Горошница с морковью	150	6,85р.	176,87	10,82	3,23	25,78
	Напиток с витаминами Витошка	200	10,07р.	78,00			19,40
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,44р.	96,00	3,20	0,40	19,20
	Хлеб ржаной	20	1,22р.	46,00	1,60	0,20	9,30
Итого			89,00р.	554,10	43,27	6,59	73,97
5-11 классы (льготное питание 185,94)							
Завтрак							
5	Помидор пикантный	40/4	4,77р.	41,55	0,24	4,00	1,16
422/3	Тефтели из говядины с отрубями и соусом	75/50	51,34р.	224,79	10,18	14,49	13,65
755	Макароны отварные с овощами	180	15,72р.	263,91	5,90	9,51	38,47
	Напиток с витаминами Витошка	200	10,07р.	78,00			19,40
	Хлеб пшеничный Уральское солнышко	20	1,32р.	59,00	1,70	0,80	11,04
	Хлеб ржаной	20	1,22р.	46,00	1,60	0,20	9,30
Итого (Завтрак)			84,44р.	713,25	19,62	29,00	93,02
Обед							
128/3	Рассольник домашний со сметаной	250/10	17,08р.	108,46	2,08	4,51	14,23
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	75/50	58,17р.	205,87	21,49	9,63	4,73
466/3	Рис припущенный с куркумой	180	14,65р.	251,32	4,46	5,60	46,49
638/3	Компот из изюма	200	8,40р.	111,90	0,51		29,17
	Хлеб пшеничный Уральское солнышко	30	1,98р.	88,50	2,55	1,20	16,56
	Хлеб ржаной	20	1,22р.	46,00	1,60	0,20	9,30
Итого (Обед)			101,50р.	812,05	32,69	21,14	120,48
Итого			185,94р.	1 525,30	52,31	50,14	213,50

Электронные подписи		
ФИО	Организация	Отпечаток сертификата
Фахриева Галина Евгеньевна	МАОУ - СОШ № 148	44887853B2C0DD2D7CFC2FC180EFD09EA26AA3E
Елькина Наталья Аркадьевна	ООО "Каскад"	71A93F86EDFEBCE2161859F523EBE5FCD88EC2DF

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 710858474967985478426001373498448859431888587560

Владелец Голованова Елена Сергеевна

Действителен с 12.10.2022 по 12.10.2023