Утверждаю
Директор МАОУ "СОШ № 153 г. Челябинска"
_____ Н.В. Иванова

Неделя 2 вторник

на отпуск питания 23 июня 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энерге-тическая	№ рецепт
Завтрак	Запеканка из творога	210	59,57	24,4	18	37,1	410	244
	Кисель из яблок сушеных	200	5,03	0,3	0	28,9	109	327
	Хлеб белый	60	4,84	6,00	4,00	36,00	204	1.5
Итого за завтрак		**470**	**69,44**	**30,7**	**22**	**102**	**723**	
Обед	Салат из свежих огурцов	60	14,36	0,8	4,5	3	58	15
	Щи по - уральски(с крупой)	250	11,33	1,80	4,30	6,70	78,00	57
	Грудка отварная	100	69,12	26,9	33 8	2,7	368	140
	Рис отварной	180	15,34	3 10	11,60	17,10	189	158
	Чай с сахаром	200	3,02	0	0	9,1	36	300
	Хлеб ржаной	30	3,98	1,98	0,36	10,20	58	1,6
Итого за Обед		**1290**	**117,65**	**65,28**	**76,56**	**150,80**	**1510**	
Полдник	Йогурт фруктовый	200	32,78	5,5	4,9	25,5	163	297
	Булочка с сыром	100	22,37	6 20	3,00	57,70	252,00	272
Итого за полдник		**300**	**55,15**	**12,50**	**10,80**	**65,50**	**377**	
Итого за день		**2060**	**242.24**	**108,48**	**109.36**	**318,3**	**2609,9**	

Заведующий производством Ж.Е. Захарова
Медицинский работник В.В. Руппель
Начальник лагеря Л.М. Чистякова

Утверждаю
Директор МАОУ "СОШ № 153 г. Челябинска"
_____ Н.Г. Иванова

Неделя 2 вторник

на отпуск питания 23 июня 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецепт
				Б	Ж	У		
Обед	Салат из свежих огурцов	100	14,36	0,8	4,5	3	58	15
	Щи по - уральски(с крупой)	250	11,33	1,80	4,30	6,70	78	57
	Грудка отварная	100	69,12	26,9	33,8	2,7	368	140
	Рис отварной	180	15,84	3,10	11,60	17,10	189	158
	Чай с сахаром	200	3,02	0	0	9,1	36	300
	Хлеб ржаной	30	3,98	1,98	0,36	10,2	58	1,6
Итого за Обед		**860**	**117,65**	**34,58**	**54,56**	**48,8**	**787**	

Заведующий производством Ж.Е. Захарова
Медицинский работник В.В. Руппель
Начальник лагеря Л.М. Чистякова