

Меню на 24.04.2025

| ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ   |                                |            |                    |          |         |             |          |
|--------------------------|--------------------------------|------------|--------------------|----------|---------|-------------|----------|
| № рец.                   | Блюдо                          | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г |
| Завтрак-Обед(1-4классы)  |                                |            |                    |          |         |             |          |
| -                        | Омлет натуральный с маслом     | Завтрак    | 205,23             | 7,09     | 9,9     | 16,74       | 150/5    |
| -                        | Чай с сахаром                  | Завтрак    | 37,8               | 0,08     | 0,02    | 9,8         | 200      |
| -                        | Йогурт фруктовый               | Завтрак    | 120,3              | 3,8      | 6,5     | 12,8        | 125      |
| -                        | Хлеб пшеничный витаминизир     | Завтрак    | 55,98              | 1,65     | 0,16    | 11,68       | 25       |
| Итого (завтрак)          |                                |            | 419,31             | 12,62    | 16,58   | 51,02       | -        |
| -                        | Суп-пюре из овощей с гренками  | Обед       | 168,98             | 7,86     | 8,58    | 17,59       | 250/20   |
| -                        | Соус Альфредо(филе птиц сыр.со | Обед       | 177,7              | 7,75     | 6,36    | 7,74        | 100      |
| -                        | Макароны отварные с овощами    | Обед       | 184,33             | 5,17     | 7,41    | 37,3        | 150      |
| -                        | Компот из ягод                 | Обед       | 87,6               | 1,02     | 0,06    | 19,76       | 200      |
| -                        | Хлеб витаминный                | Обед       | 44,78              | 1,32     | 0,12    | 9,34        | 20       |
| -                        | Хлеб ржаной                    | Обед       | 48,35              | 1,65     | 0,3     | 8,35        | 25       |
| -                        | Круассан с сахарной пудрой     | Обед       | 67,5               | 2,9      | 9,9     | 23,4        | 50       |
| Итого (обед)             |                                |            | 779,24             | 27,67    | 32,73   | 123,48      | -        |
| Итого                    |                                |            | 1 198,55           | 40,29    | 49,31   | 174,5       | -        |
| Завтрак-Обед(5-11классы) |                                |            |                    |          |         |             |          |
| -                        | Чай с сахаром                  | Завтрак    | 37,8               | 0,08     | 0,02    | 9,8         | 200      |
| -                        | Йогурт фруктовый               | Завтрак    | 120,3              | 3,8      | 6,5     | 12,8        | 125      |
| -                        | Батон с отрубями               | Завтрак    | 78,76              | 2,4      | 1,04    | 14,1        | 35       |
| -                        | Омлет натуральный              | Завтрак    | 271,25             | 11,27    | 13,12   | 29,83       | 200      |
| Итого (завтрак)          |                                |            | 508,11             | 17,55    | 20,68   | 66,53       | -        |
| -                        | Суп-пюре из овощей с гренками  | Обед       | 168,98             | 7,86     | 8,58    | 17,59       | 250/20   |
| -                        | Соус Альфредо(филе птиц сыр.со | Обед       | 177,7              | 7,75     | 6,36    | 7,74        | 100      |
| -                        | Макароны отварные с овощами    | Обед       | 221,2              | 6,2      | 8,9     | 41,16       | 180      |
| -                        | Помидор Пикантный              | Обед       | 76,75              | 1,01     | 6,06    | 4,79        | 45       |
| -                        | Компот из ягод                 | Обед       | 87,6               | 1,02     | 0,06    | 19,76       | 200      |
| -                        | Батон с отрубями               | Обед       | 78,76              | 2,4      | 1,04    | 14,1        | 35       |
| -                        | Хлеб ржаной                    | Обед       | 48,35              | 1,65     | 0,3     | 8,35        | 25       |
| -                        | Круассан с сахарной пудрой     | Обед       | 67,5               | 2,9      | 9,9     | 23,4        | 50       |
| Итого (обед)             |                                |            | 926,84             | 30,79    | 41,2    | 136,89      | -        |
| Итого                    |                                |            | 1 434,95           | 48,34    | 61,88   | 203,42      | -        |

| № рец.                        | Блюдо                          | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г |
|-------------------------------|--------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|
| <b>Комплекс(1-4классы)</b>    |                                |            |                    |              |              |               |          |
| -                             | Омлет натуральный с маслом     | Завтрак    | 205,23             | 7,09         | 9,9          | 16,74         | 150/5    |
| -                             | Чай с сахаром                  | Завтрак    | 37,8               | 0,08         | 0,02         | 9,8           | 200      |
| -                             | Йогурт фруктовый               | Завтрак    | 120,3              | 3,8          | 6,5          | 12,8          | 125      |
| -                             | Хлеб пшеничный витаминизир     | Завтрак    | 55,98              | 1,65         | 0,16         | 11,68         | 25       |
| <b>Итого</b>                  |                                |            | <b>419,31</b>      | <b>12,62</b> | <b>16,58</b> | <b>51,02</b>  | -        |
| <b>Комплекс (5-11классы)</b>  |                                |            |                    |              |              |               |          |
| -                             | Соус Альфредо(филе птиц сыр.со | Завтрак    | 177,7              | 7,75         | 6,36         | 7,74          | 100      |
| -                             | Макароны отварные с овощами    | Завтрак    | 221,2              | 6,2          | 8,9          | 41,16         | 180      |
| -                             | Чай лимонный                   | Завтрак    | 40,01              | 0,12         | 0,03         | 10,04         | 200      |
| -                             | Хлеб крестьянский вит          | Завтрак    | 98,52              | 2,9          | 0,28         | 20,56         | 50       |
| -                             | Хлеб ржаной                    | Завтрак    | 48,35              | 1,65         | 0,3          | 8,35          | 25       |
| -                             | Круассан с сахарной пудрой     | Завтрак    | 67,5               | 2,9          | 9,9          | 23,4          | 50       |
| <b>Итого</b>                  |                                |            | <b>653,28</b>      | <b>21,52</b> | <b>25,77</b> | <b>111,25</b> | -        |
| <b>Комплекс1 (1-4классы)</b>  |                                |            |                    |              |              |               |          |
| -                             | Суп-пюре из овощей с гренками  | Обед       | 168,98             | 7,86         | 8,58         | 17,59         | 250/20   |
| -                             | Соус Альфредо(филе птиц сыр.со | Обед       | 177,7              | 7,75         | 6,36         | 7,74          | 100      |
| -                             | Макароны отварные с овощами    | Обед       | 184,33             | 5,17         | 7,41         | 37,3          | 150      |
| -                             | Компот из ягод                 | Обед       | 87,6               | 1,02         | 0,06         | 19,76         | 200      |
| -                             | Хлеб витаминный                | Обед       | 44,78              | 1,32         | 0,12         | 9,34          | 20       |
| -                             | Хлеб ржаной                    | Обед       | 48,35              | 1,65         | 0,3          | 8,35          | 25       |
| -                             | Круассан с сахарной пудрой     | Обед       | 67,5               | 2,9          | 9,9          | 23,4          | 50       |
| <b>Итого</b>                  |                                |            | <b>779,24</b>      | <b>27,67</b> | <b>32,73</b> | <b>123,48</b> | -        |
| <b>Комплекс2 (5-11классы)</b> |                                |            |                    |              |              |               |          |
| -                             | Соус Альфредо(филе птиц сыр.со | Завтрак    | 177,7              | 7,75         | 6,36         | 7,74          | 100      |
| -                             | Макароны отварные с овощами    | Завтрак    | 221,2              | 6,2          | 8,9          | 41,16         | 180      |
| -                             | Чай лимонный                   | Завтрак    | 40,01              | 0,12         | 0,03         | 10,04         | 200      |
| -                             | Хлеб крестьянский вит          | Завтрак    | 98,52              | 2,9          | 0,28         | 20,56         | 50       |
| -                             | Хлеб ржаной                    | Завтрак    | 48,35              | 1,65         | 0,3          | 8,35          | 25       |
| -                             | Круассан с сахарной пудрой     | Завтрак    | 67,5               | 2,9          | 9,9          | 23,4          | 50       |
| <b>Итого</b>                  |                                |            | <b>653,28</b>      | <b>21,52</b> | <b>25,77</b> | <b>111,25</b> | -        |

| № рец.                         | Блюдо                             | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г |
|--------------------------------|-----------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|
| <b>Комплекс3 (5-11классы)</b>  |                                   |            |                    |              |              |               |          |
| -                              | Суп-пюре из овощей с<br>гречками  | Обед       | 168,98             | 7,86         | 8,58         | 17,59         | 250/20   |
| -                              | Соус Альфредо(филе птиц<br>сыр.со | Обед       | 177,7              | 7,75         | 6,36         | 7,74          | 100      |
| -                              | Макароны отварные с<br>овощами    | Обед       | 221,2              | 6,2          | 8,9          | 41,16         | 180      |
| -                              | Чай лимонный                      | Обед       | 40,01              | 0,12         | 0,03         | 10,04         | 200      |
| -                              | Хлеб крестьянский вит.            | Обед       | 67,17              | 1,98         | 0,19         | 14,02         | 30       |
| <b>Итого</b>                   |                                   |            | <b>675,06</b>      | <b>23,91</b> | <b>24,06</b> | <b>90,55</b>  | -        |
| <b>Комплекс4 (5-11классы)</b>  |                                   |            |                    |              |              |               |          |
| -                              | Суп-пюре из овощей с<br>гречками  | Обед       | 168,98             | 7,86         | 8,58         | 17,59         | 250/20   |
| -                              | Соус Альфредо(филе птиц<br>сыр.со | Обед       | 177,7              | 7,75         | 6,36         | 7,74          | 100      |
| -                              | Макароны отварные с<br>овощами    | Обед       | 221,2              | 6,2          | 8,9          | 41,16         | 180      |
| -                              | Помидор Пикантный                 | Обед       | 76,75              | 1,01         | 6,06         | 4,79          | 45       |
| -                              | Мандарины                         | Обед       | 73,02              | 0,6          | -            | 17,4          | 130      |
| -                              | Компот из мандарин                | Обед       | 87,6               | 1,02         | 0,06         | 19,76         | 200      |
| -                              | Хлеб крестьянский вит.            | Обед       | 67,17              | 1,98         | 0,19         | 14,02         | 30       |
| <b>Итого</b>                   |                                   |            | <b>872,42</b>      | <b>26,42</b> | <b>30,15</b> | <b>122,46</b> | -        |
| <b>Комплекс6 (10-11классы)</b> |                                   |            |                    |              |              |               |          |
| -                              | Пейзан овощной (овощи в<br>нарезк | Завтрак    | 7,16               | 0,3          | 0,06         | 1,4           | 100      |
| -                              | Бризоль из филе птицы             | Завтрак    | 205                | 9,9          | 5,5          | 11,8          | 100      |
| -                              | Мак энд чиз (спагетти с<br>сыром* | Завтрак    | 221,2              | 6,2          | 8,9          | 41,16         | 180      |
| -                              | Дары Урала (чай ягодный)          | Завтрак    | 30,8               | 0,3          | -            | 7,3           | 200      |
| -                              | Хлеб пшеничный<br>витаминизир     | Завтрак    | 55,98              | 1,65         | 0,16         | 11,68         | 25       |
| -                              | Яблоки свежие                     | Завтрак    | 48,68              | 0,4          | -            | 11,6          | 105      |
| <b>Итого</b>                   |                                   |            | <b>568,82</b>      | <b>18,75</b> | <b>14,62</b> | <b>84,94</b>  | -        |
| <b>Комплекс7 (10-11классы)</b> |                                   |            |                    |              |              |               |          |
| -                              | Пейзан овощной (овощи в<br>нарезк | Завтрак    | 7,16               | 0,3          | 0,06         | 1,4           | 100      |
| -                              | Дзавар в горшочке (плов с<br>бул* | Завтрак    | 136,62             | 5,8          | 7,06         | 18,6          | 250      |
| -                              | Ягодный микс (компот из<br>ягод)  | Завтрак    | 42,31              | 0,09         | -            | 10,49         | 200      |
| -                              | Хлеб пшеничный<br>витаминизир     | Завтрак    | 55,98              | 1,65         | 0,16         | 11,68         | 25       |
| -                              | Яблоки свежие                     | Завтрак    | 48,68              | 0,4          | -            | 11,6          | 105      |
| <b>Итого</b>                   |                                   |            | <b>290,75</b>      | <b>8,24</b>  | <b>7,28</b>  | <b>53,77</b>  | -        |

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

| Организация   | ФИО                        | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной по |
|---------------|----------------------------|----------------------|--------------------------------------|
| ООО "ШБС №11" | ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА | 22.04.2025 13:54:58  | FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBA |
| ООО "ШБС №11" |                            |                      | МАОУ                                 |

**Меню на 24.04.2025**

|  |              |
|--|--------------|
|  | <b>БУФЕТ</b> |
|--|--------------|

| № рец.             | Блюдо                             | Горячее питание | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г |
|--------------------|-----------------------------------|-----------------|--------------------|----------|---------|-------------|----------|
| Блюда из мяса      |                                   |                 |                    |          |         |             |          |
| -                  | Котлета куриная с отрубями        | -               | 190                | 12       | 13,13   | 9,2         | 100      |
| -                  | Биточек мясной с отрубями         | -               | 192                | 14,5     | 10,8    | 9,1         | 100      |
| Закуски            |                                   |                 |                    |          |         |             |          |
| -                  | Салат столичный                   | -               | 0                  | 0        | 0       | 0           | 100      |
| Супы               |                                   |                 |                    |          |         |             |          |
| -                  | Суп-пюре из овощей с<br>грёнками  | -               | 168,98             | 7,86     | 8,58    | 17,59       | 250/20   |
| Вторые г/б из мяса |                                   |                 |                    |          |         |             |          |
| -                  | Гуляш                             | -               | 231,17             | 10,89    | 11,57   | 17,74       | 50/50    |
| -                  | Филе кури запечен.сыром<br>помид  | -               | 0                  | 0        | 0       | 0           | 80       |
| -                  | Соус Альфредо(филе птиц<br>сыр.co | -               | 177,7              | 7,75     | 6,36    | 7,74        | 100      |
| Гарниры            |                                   |                 |                    |          |         |             |          |
| -                  | Макароны отварные с<br>овощами    | -               | 221,2              | 6,2      | 8,9     | 41,16       | 180      |
| -                  | Макаронные изделия с<br>сыром     | -               | 214,12             | 6,36     | 6,56    | 39,86       | 180      |
| -                  | Макаронные изд отварные           | -               | 220,73             | 6,36     | 6,57    | 38,87       | 180      |
| -                  | Картофель отварной                | -               | 166,5              | 2,89     | 6,15    | 28,47       | 150      |
| -                  | Сельдь с картоф.маслом<br>растит. | -               | 0                  | 0        | 0       | 0           | 20/30/5  |
| Напитки            |                                   |                 |                    |          |         |             |          |
| -                  | Сок в ассортименте                | -               | 110,92             | 0,15     | 0,08    | 26,52       | 200      |
| -                  | Компот из ягод                    | -               | 87,6               | 1,02     | 0,06    | 19,76       | 200      |
| Мучные изделия     |                                   |                 |                    |          |         |             |          |
| -                  | Булочка домашняя                  | -               | 210                | 6,24     | 6,96    | 23,29       | 100      |
| -                  | Расстегай с рыбой                 | -               | 0                  | 0        | 0       | 0           | 100      |
| -                  | Пицца с филе кур                  | -               | 121,5              | 4,6      | 7,3     | 9,28        | 100      |
| -                  | Лепешка с сыром                   | -               | 261,36             | 9,65     | 7,71    | 38,33       | 80       |
| Холодные блюда     |                                   |                 |                    |          |         |             |          |
| -                  | Салат витаминный                  | -               | 0                  | 0        | 0       | 0           | 100      |
| Блюда из яиц       |                                   |                 |                    |          |         |             |          |
| -                  | Омлет натуральный                 | -               | 271,25             | 11,27    | 13,12   | 29,83       | 200      |

|                            |  |
|----------------------------|--|
| <b>ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ</b> |  |
|----------------------------|--|

| Организация   | ФИО                        | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной по |
|---------------|----------------------------|----------------------|--------------------------------------|
| ООО "ШБС №11" | ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА | 22.04.2025 13:54:58  | FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBA |