

Меню на 10.09.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
ГПД-Обед (1-4классы)								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	275	38,90
-	Помидор свежий пикантный	Обед	3,08	0,11	0,09	0,48	10	3,78
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	353,3	14,8	16,51	36,71	200	71,68
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	49,23	1,5	0,65	8,81	25	2,23
Итого			619,7	20,28	24,81	82,39	-	127,79
Завтрак-Обед(1-4классы)								
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	12,33	0,42	0,36	1,92	40	15,11
-	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	194,97	10,03	12,6	11,29	100	73,24
-	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	14,53
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,89
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	68,92	2,1	0,91	12,34	35	3,08
Итого (завтрак)			514,12	18,03	16,87	73,62	-	108,85
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	275	38,90
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	353,3	14,8	16,51	36,71	200	71,68
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	59,07	1,8	0,78	10,58	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,95
-	Булочка домашняя	Обед	200	3,63	5,25	30,25	100	36,21
Итого (обед)			866,75	25,47	30,35	122,62	-	162,74
Итого			1 380,87	43,5	47,22	196,24	-	271,59
Завтрак-Обед(5-11классы)								
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	15,41	0,53	0,45	2,4	50	18,89
-	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	194,97	10,03	12,6	11,29	100	73,24
-	Макароны отварные	Завтрак	220,73	6,36	5,57	40,93	180	19,87
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,89
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	59,07	1,8	0,78	10,58	30	2,71
-	Хлеб ржаной	Завтрак	24,18	0,83	0,15	5,22	15	1,17
Итого (завтрак)			568,32	19,73	19,57	84,38	-	118,77
-	Помидор свежий пикантный	Обед	18,5	0,63	0,54	2,88	60	22,65
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	132,77	3,32	7,94	13,87	290	50,83
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	76,99
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	59,07	1,8	0,78	10,58	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,95
-	Булочка домашняя	Обед	200	3,63	5,25	30,25	100	36,21
Итого (обед)			870,38	29,97	27,43	135,4	-	202,63
Итого			1 438,7	49,7	47	219,78	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс (5-11классы)								
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	7,71	0,26	0,23	1,2	25	9,44
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Завтрак	331,56	18,5	12,64	45,89	250	76,99
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,89
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	20	1,86
-	Хлеб ржаной	Завтрак	24,18	0,83	0,15	5,22	15	1,17
-	Булочка домашняя	Завтрак	200	3,63	5,25	30,25	100	36,21
Итого			656,79	24,6	18,81	103,57	-	128,56
Комплекс(1-4классы)								
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	10,79	0,37	0,32	1,68	35	13,21
-	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	194,97	10,03	12,6	11,29	100	73,26
-	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	15,41
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,89
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	59,07	1,8	0,78	10,58	30	2,70
-	Хлеб ржаной	Завтрак	24,18	0,83	0,15	5,22	15	1,17
Итого			526,91	18,51	16,85	76,84	-	108,64
Комплекс1 (1-4классы)								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	275	38,90
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	353,3	14,8	16,51	36,71	200	71,68
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	59,07	1,8	0,78	10,58	30	2,63
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
-	Булочка домашняя	Обед	200	3,63	5,25	30,25	100	36,21
Итого			874,81	25,75	30,4	124,36	-	162,95
Комплекс2 (5-11классы)								
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	7,71	0,26	0,23	1,2	25	9,44
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Завтрак	331,56	18,5	12,64	45,89	250	76,99
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,89
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	20	1,86
-	Хлеб ржаной	Завтрак	24,18	0,83	0,15	5,22	15	1,17
-	Булочка домашняя	Завтрак	200	3,63	5,25	30,25	100	36,21
Итого			656,79	24,6	18,81	103,57	-	128,56
Комплекс4 (5-11классы)								
-	Помидор свежий пикантный	Обед	15,41	0,53	0,45	2,4	50	18,89
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	128,19	3,21	7,67	13,39	280	44,53
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	76,99
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	59,07	1,8	0,78	10,58	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,22
-	Булочка домашняя	Обед	200	3,63	5,25	30,25	100	36,21
Итого			870,77	30,04	27,12	136,18	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс6 (10-11классы)								
7	Салат Куптун	Завтрак	127,72	1,2	9,89	8,47	100	18,95
485	Капуста цветная в сухарном соусе	Завтрак	174	7,5	7,7	21,2	180	66,45
488	Люля-кебаб Школьный	Завтрак	196	11,3	5,3	11,7	150	85,67
705	Ароматный узвар из шиповника	Завтрак	56	-	-	13,1	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	59,07	1,8	0,78	10,58	30	2,33
-	Хлеб ржаной	Завтрак	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,84
Итого			653,08	23,17	23,92	73,74	-	185,00

Комплекс7 (10-11классы)								
243	Салат из свежих хрустящих огурчиков с подсолнечным	Завтрак	68	0,63	6	2,3	100	38,95
487	Удон из нежного мяса птицы с пикантными овощами	Завтрак	401	20	11,3	46,9	300	120,23
700	Мунберри (напиток из брусники)	Завтрак	88,19	0,72	0,03	21,09	200	20,23
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	68,92	2,1	0,91	12,34	35	3,26
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
Итого			674,46	25,1	18,54	93,06	-	185,00

Комплекс8(5-11классы)								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	123,61	3,09	7,39	12,91	270	35,82
7	Салат Куптун	Обед	127,72	1,2	9,89	8,47	100	18,95
485	Капуста цветная в сухарном соусе	Обед	174	7,5	7,7	21,2	180	66,67
488	Люля-кебаб Школьный	Обед	196	11,3	5,3	11,7	150	85,67
705	Ароматный узвар из шиповника	Обед	56	-	-	13,1	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Обед	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,13
Итого			741,8	25,29	30,68	81,29	-	220,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	08.09.2025 16:45:58	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	09.09.2025 16:41:25	E077AC7B359588575368BF4214CFAFFE77532C90