

Меню на 16.09.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак-Обед(1-4классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
-	Тефтели из мяса с отр мол.соус	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	130	68,09
-	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	16,88
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
-	Батон с отрубями	Завтрак	53,53	1,8	0,6	10,76	20	1,86
Итого (завтрак)			498,8	18,81	16,11	72,07	-	107,93
245/1	Огурец Пикантный	Обед	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
-	Борщ с мясом со сметаной 250/5/10	Обед	131,4	2,18	5,47	17,26	265	25,98
320	Рыба, запеченая в молочном соусе 60/60	Обед	260,8	14,46	15,47	14,69	120	76,82
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	10,54
-	Батон с отрубями	Обед	80,29	2,7	0,9	16,14	30	2,67
-	Хлеб ржаной	Обед	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,55
Итого (обед)			754,9	24,58	26,69	103,49	-	163,66
Итого			1 253,7	43,39	42,8	175,56	-	271,59
Завтрак-Обед(5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	11,84	0,42	0,46	1,8	55	20,78
-	Тефтели из мяса с отр мол.соус	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	130	68,09
-	Макароны отварные	Завтрак	220,73	6,36	3,58	40,93	180	16,86
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
-	Батон с отрубями	Завтрак	107,06	3,6	1,2	21,52	40	3,72
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
Итого (завтрак)			642,85	23,51	17,82	100,9	-	121,54
245/1	Огурец Пикантный	Обед	10,77	0,38	0,42	1,63	50	18,89
-	Борщ со сметаной 250/5	Обед	226,09	9,13	17,54	18,81	290	52,01
320	Рыба, запеченая в молочном соусе 60/60	Обед	260,8	14,46	15,47	14,69	120	76,82
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	10,54
-	Батон с отрубями	Обед	107,06	3,6	1,2	21,52	40	3,73
-	Хлеб ржаной	Обед	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,11
Итого (обед)			912,91	33,68	39,43	118,03	-	199,86
Итого			1 555,76	57,19	57,25	218,93	-	321,40
Комплекс (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,66
320	Рыба, запеченая в молочном соусе 60/60	Завтрак	260,8	14,46	15,47	14,69	120	76,82
-	Пюре картофельное	Завтрак	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Завтрак	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,56
Итого			511,1	19,65	20,3	63,22	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс 10(5-11 классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,66
320	Рыба, запеченая в молочном соусе 60/60	Обед	260,8	14,46	15,47	14,69	120	76,82
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
-	Напиток из шиповника	Обед	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
-	Борщ со сметаной 250/5	Обед	210,49	8,5	16,33	17,51	270	31,83
-	Хлеб ржаной	Обед	24,18	0,83	0,15	5,22	15	1,17
Итого			713,54	27,88	36,58	79	-	160,00
Комплекс 9(5--11 классы)								
-	Хлеб ржаной	Обед	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,00
-	Напиток из шиповника	Обед	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
320	Рыба, запеченая в молочном соусе 60/60	Обед	260,8	14,46	15,47	14,69	120	76,82
245/1	Огурец Пикантный	Обед	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,66
Итого			543,34	20,75	20,5	70,18	-	130,00
Комплекс(1-4классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,58
-	Тефтели из мяса с отр мол.соус	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	130	68,09
-	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	16,88
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
-	Батон с отрубями	Завтрак	66,91	2,25	0,75	13,45	25	2,33
Итого			512,18	19,26	16,26	74,76	-	108,64
Комплекс1 (1-4классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	7,54	0,27	0,29	1,14	35	13,22
-	Борщ с мясом со сметаной 250/5/10	Обед	131,4	2,18	5,47	17,26	265	26,00
320	Рыба, запеченая в молочном соусе 60/60	Обед	260,8	14,46	15,47	14,69	120	76,82
-	Пюре картофельное	Обед	132,6	3,11	3,67	22,07	150	30,75
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	10,54
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
-	Батон с отрубями	Обед	93,67	3,15	1,05	18,83	35	3,29
Итого			758,98	25	26,25	105,4	-	162,95
Комплекс2 (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,66
320	Рыба, запеченая в молочном соусе 60/60	Завтрак	260,8	14,46	15,47	14,69	120	76,82
-	Пюре картофельное	Завтрак	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Завтрак	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,56
Итого			511,1	19,65	20,3	63,22	-	128,56
Комплекс3 (5-11классы)								
-	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Обед	156,36	3,79	8,35	24,35	215	20,32
-	Рыба, запеченная в молочном соусе	Обед	201,5	12,05	12,63	9,74	100	62,29
-	Пюре картофельное	Обед	132,6	3,11	3,67	22,07	150	30,75
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	10,54
-	Хлеб ржаной	Обед	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,56
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	49,23	1,5	0,65	8,81	25	2,33
Итого			656,54	21,73	25,5	92,9	-	127,79

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс4 (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	8,61	0,31	0,33	1,31	40	15,12
-	Борщ со сметаной 250/5	Обед	222,19	8,97	17,23	18,49	285	50,93
320	Рыба, запеченная в молочном соусе 60/60	Обед	260,8	14,46	15,47	14,69	120	76,82
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	10,54
-	Батон с отрубями	Обед	80,29	2,7	0,9	16,14	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,87
Итого			855,9	31,72	38,58	106,79	-	192,84
Комплекс6 (10-11классы)								
7	Салат Куптун	Завтрак	127,72	1,2	9,89	8,47	100	18,95
266	Рыба по-царски (рыба с томатами под сырной корочко	Завтрак	147,68	13,13	7	18,59	95	84,65
472	Картофельный креп, кг	Завтрак	165,89	3,7	569	12,55	180	35,25
628	Ароматные вершины (чай черный таежный пакетированн	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	7,53
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	68,92	2,1	0,91	12,34	35	3,02
-	Булочка домашняя	Завтрак	200	3,63	5,25	30,25	100	35,60
Итого			748,01	23,84	592,07	92	-	185,00
Комплекс7 (10-11классы)								
470	Салат из моркови по-корейски	Завтрак	92	1,2	6,2	6,9	100	15,70
492	Сарацинское зерно с кукурузой (рис с кукурузой),	Завтрак	218,19	5,16	9,36	38,9	180	31,50
491	Орли с соусом Бешамель	Завтрак	173,87	9,64	4,31	9,79	100	98,27
628	Альпийский луг (чай зеленый пакетированный с сахар	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	29,54	0,9	0,39	5,29	15	1,28
-	Булочка домашняя	Завтрак	160	2,9	4,2	24,2	80	28,49
Итого			711,4	19,88	24,48	94,88	-	185,00
Коплекс8(5-11классы)								
-	Борщ со сметаной 250/5	Обед	206,6	8,34	16,02	17,19	265	30,70
470	Салат из моркови по-корейски	Обед	92	1,2	6,2	6,9	100	15,70
492	Сарацинское зерно с кукурузой (рис с кукурузой),	Обед	181,82	4,3	7,8	32,42	150	26,25
491	Орли с соусом Бешамель	Обед	173,87	9,64	4,31	9,79	100	98,27
628	Альпийский луг (чай зеленый пакетированный с сахар	Обед	37,8	0,08	0,02	9,8	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,72
-	Булочка домашняя	Обед	200	3,63	5,25	30,25	100	35,60
Итого			970,85	29,59	40,64	120,45	-	220,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	16.09.2025 18:41:35	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	16.09.2025 18:53:47	E077AC7B359588575368BF4214CFAFFE77532C90