

Меню на 23.09.2025

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	11,84	0,42	0,46	1,8	55	20,78
-	Гуляш 50/50	Завтрак	188,03	6,48	13,27	12,12	100	66,50
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	172,57	6,58	3,38	34,47	150	16,65
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,76	2,4	1,04	14,1	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Завтрак	56,41	1,93	0,35	12,17	35	2,73
Итого (завтрак)			561,57	17,99	18,52	88,62	-	112,51
245/1	Огурец Пикантный	Обед	4,31	0,15	0,17	0,65	20	7,65
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	129,13	2,14	5,38	16,96	285	45,67
6/8	Рагу из мяса с овощами	Обед	358,17	16,07	22,97	30,89	200	90,39
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	11,56
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,56	2,64	0,25	18,69	20	1,86
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,95
Итого (обед)			690,46	22,47	29,02	91,98	-	159,08
Итого			1 252,03	40,46	47,54	180,6	-	271,59
Завтрак-Обед(5-11классы)								
245/1	Огурец "Пикантный"	Завтрак	8,61	0,31	0,33	1,31	40	15,12
-	Гуляш 50/50	Завтрак	188,03	6,48	13,27	12,12	100	66,50
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	207,08	7,9	4,06	41,36	180	19,97
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	2,80
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	91,89	2,8	1,21	16,45	35	3,26
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
Итого (завтрак)			597,92	19,32	19,19	95,63	-	109,98
245/1	Огурец Пикантный	Обед	12,92	0,46	0,5	1,96	60	22,67
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	131,4	2,18	5,47	17,26	290	58,94
6/8	Рагу из мяса с овощами	Обед	358,17	16,07	22,97	30,89	250	113,04
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	11,56
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,89	2,8	1,21	16,45	35	3,26
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,95
Итого (обед)			703,67	22,98	30,4	91,35	-	211,42
Итого			1 301,59	42,3	49,59	186,98	-	321,40
Комплекс (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	5,38	0,19	0,21	0,82	25	9,44
6/8	Рагу из мяса с овощами	Завтрак	358,17	16,07	22,97	30,89	250	113,04
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	156,73	4,62	0,44	32,71	35	3,03
Итого			574,24	21,06	23,64	78,38	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс(1-4классы)								
245/1	Огурец "Пикантный"	Завтрак	9,69	0,35	0,38	1,47	45	17,00
-	Гуляш 50/50	Завтрак	188,03	6,48	13,27	12,12	100	66,50
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	172,57	6,58	3,38	34,47	150	16,65
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	91,89	2,8	1,21	16,45	35	3,11
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
Итого			564,49	18,04	18,56	88,9	-	108,64
Комплекс1 (1-4классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	5,38	0,19	0,21	0,82	25	9,44
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	129,13	2,14	5,38	16,96	285	45,67
6/8	Рагу из мяса с овощами	Обед	358,17	16,07	22,97	30,89	200	90,39
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	11,56
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	156,73	4,62	0,44	32,71	35	3,16
-	Хлеб ржаной	Обед	56,41	1,93	0,35	12,17	35	2,73
Итого			774,82	25,05	29,35	109,65	-	162,95
Комплекс2 (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	5,38	0,19	0,21	0,82	25	9,44
6/8	Рагу из мяса с овощами	Завтрак	358,17	16,07	22,97	30,89	250	113,04
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	156,73	4,62	0,44	32,71	35	3,03
Итого			574,24	21,06	23,64	78,38	-	128,56
Комплекс3 (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,79
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	120,07	1,99	5	15,77	265	25,76
6/8	Рагу из мяса с овощами	Обед	358,17	16,07	22,97	30,89	200	90,39
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	134,34	3,96	0,38	28,04	30	2,80
Итого			669,77	22,32	28,5	89,15	-	127,79
Комплекс4 (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	4,31	0,15	0,17	0,65	20	7,44
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	131,4	2,18	5,47	17,26	290	58,94
6/8	Рагу из мяса с овощами	Обед	358,17	16,07	22,97	30,89	250	113,04
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	11,56
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	52,51	1,6	0,69	9,4	20	1,86
Итого			615,39	20,1	29,3	74,3	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс6 (10-11классы)								
477	Салат Хрустик	Завтрак	59,6	1,32	3,27	6,28	100	38,30
483	Мясо по-мексикански	Завтрак	243	13,1	10	6,2	100	79,30
484	Булгур с кукурузой	Завтрак	108	6,7	5,4	27,3	180	40,78
628	Чайная легенда (чай черный пакетированный с сахаро	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Завтрак	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,85
-	Батон с отрубями	Завтрак	53,53	1,8	0,6	10,76	20	1,86
-	Булочка домашняя	Завтрак	100	1,82	2,63	15,13	50	13,15
Итого			642,22	26,19	22,17	84,16	-	185,00

Комплекс7 (10-11классы)								
530	Салат с кускусом и яйцом	Завтрак	102,51	2,54	5,99	2,61	100	28,06
466	Чиполетти пикантные на шпакке с сырным соусом	Завтрак	216,17	10,89	11,57	9,74	150	79,16
228	Картофельный гратен	Завтрак	236,34	4,89	5,74	42,01	180	51,76
628	Альпийский луг (чай зеленый пакетированный с сахар	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Завтрак	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,11
-	Булочка домашняя	Завтрак	100	1,82	2,63	15,13	50	13,15
Итого			757,29	22,42	26,35	93,2	-	185,00

Комплекс8(5-11классы)								
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	122,34	2,03	5,09	16,07	270	32,44
530	Салат с кускусом и яйцом	Обед	102,51	2,54	5,99	2,61	100	27,98
466	Чиполетти пикантные на шпакке с сырным соусом	Обед	216,17	10,89	11,57	9,74	150	79,16
228	Картофельный гратен	Обед	236,34	4,89	5,74	42,01	180	51,76
628	Альпийский луг (чай зеленый пакетированный с сахар	Обед	37,8	0,08	0,02	9,8	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Обед	64,47	2,2	0,4	13,91	40	2,95
-	Булочка домашняя	Обед	100	1,82	2,63	15,13	50	13,15
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,76	2,4	1,04	14,1	30	2,80
Итого			958,39	26,85	32,48	123,37	-	220,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	19.09.2025 16:37:13	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшеская Татьяна Юрьевна	19.09.2025 16:50:40	E077AC7B359588575368BF4214CFAFFE77532C90