

Меню на 06.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак-Обед(1-4классы)								
3	Бутерброд с маслом и сыром 30/10/30	Завтрак	166,34	4,81	4,16	27,12	55	51,47
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	206,13	6,12	5,39	34,52	205	23,54
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,01	15,2	200	5,60
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
-	Яблоко	Завтрак	16,81	0,36	0,36	8,82	90	15,06
Итого (завтрак)			497,63	13,24	10,22	96,09	-	98,00
-	Суп картофельный с горохом мясом	Обед	128,22	4,33	4,35	19,01	215	30,94
467	Рис припущенный с томатом	Обед	206,37	5,45	6,1	37,66	150	23,51
511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	Обед	270,5	11,13	15,65	12,57	130	79,42
-	Компот ассорти	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,22
-	Хлеб ржаной	Обед	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,68	2,53	0,21	17,44	40	3,66
-	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
Итого (обед)			815,56	26,23	27,18	121,97	-	173,59
Итого			1 313,19	39,47	37,4	218,06	-	271,59
Завтрак-Обед(5-11классы)								
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	206,13	6,12	5,39	34,52	205	23,54
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,01	15,2	200	5,60
-	Хлеб ржаной	Завтрак	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,11
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
3	Бутерброд с маслом и сыром 30/10/30	Завтрак	166,34	4,81	4,16	27,12	55	51,47
Итого (завтрак)			519,36	13,91	10,44	102,51	-	103,80
-	Суп картофельный с горохом (мясо) 250/20	Обед	-	-	-	-	280	53,02
-	Яблоко	Обед	28,02	0,6	0,6	14,7	150	25,10
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,94
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,68	2,53	0,21	17,44	40	3,73
467	Рис припущенный с томатом	Обед	247,65	6,54	7,32	45,19	180	26,83
511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	Обед	270,5	11,13	15,65	12,57	130	79,42
-	Компот ассорти	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,22
245/1	Огурец "Пикантный"	Обед	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
Итого (обед)			720,24	22,59	24,35	111,15	-	217,60
Итого			1 239,6	36,5	34,79	213,66	-	321,40
Комплекс (5-11классы)								
511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	Завтрак	260,1	10,7	15,05	12,09	125	73,10
467	Рис припущенный с томатом	Завтрак	247,65	6,54	7,32	45,19	180	26,83
-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,12
-	Яблоко	Завтрак	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
Итого			618,11	19,51	23,19	89,79	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс 10(5-11 классы)								
-	Суп картофельный с горохом мясом	Обед	128,22	4,33	4,35	19,01	215	30,58
467	Рис припущенный с томатом	Обед	247,65	6,54	7,32	45,19	180	26,83
511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	Обед	270,5	11,13	15,65	12,57	130	79,42
-	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,95
-	Яблоко	Обед	17,75	0,38	0,38	9,31	95	15,62
Итого			743,07	23,87	27,97	104,6	-	160,00
Комплекс 9(5--11 классы)								
511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	Обед	260,1	10,7	15,05	12,09	125	73,10
467	Рис припущенный с томатом	Обед	247,65	6,54	7,32	45,19	180	26,83
-	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
-	Батон с отрубями	Обед	107,07	3,6	1,2	21,52	40	3,73
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,41
Итого			722,38	23,05	24,33	109,84	-	130,00
Комплекс(1-4классы)								
3	Бутерброд с маслом и сыром 30/10/30	Завтрак	166,34	4,81	4,16	27,12	55	51,47
-	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	206,13	6,12	5,39	34,52	205	23,18
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,01	15,2	200	5,60
-	Хлеб ржаной	Завтрак	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,62
-	Яблоко	Завтрак	29,89	0,64	0,64	15,68	160	26,77
Итого			502,65	13,24	10,45	101,21	-	108,64
Комплекс1 (1-4классы)								
-	Суп картофельный с горохом мясом	Обед	125,24	4,23	4,25	18,57	210	24,05
467	Рис припущенный с томатом	Обед	206,37	5,45	6,1	37,66	150	22,35
511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	Обед	270,5	11,13	15,65	12,57	130	73,10
-	Компот ассорти	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,92
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,26	1,9	0,16	13,08	30	2,72
-	Батон с отрубями	Обед	107,07	3,6	1,2	21,52	40	3,73
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
Итого			838,5	26,98	27,91	126,74	-	162,95
Комплекс2 (5-11классы)								
511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	Завтрак	260,1	10,7	15,05	12,09	125	73,10
467	Рис припущенный с томатом	Завтрак	247,65	6,54	7,32	45,19	180	26,83
-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Яблоко	Завтрак	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,12
Итого			618,11	19,51	23,19	89,79	-	128,56
Комплекс3 (5-11классы)								
-	Суп картофельный с горохом мясом	Обед	122,25	4,13	4,15	18,12	205	17,42
467	Рис припущенный с томатом	Обед	247,65	6,54	7,32	45,19	180	26,75
511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	Обед	260,1	10,7	15,05	12,09	125	73,10
-	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,47	2,22	0,19	15,26	35	2,97
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,95
Итого			780,42	25,08	26,98	109,18	-	127,79

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс4 (5-11классы)								
-	Суп картофельный с горохом (мясо) 250/20	Обед	-	-	-	-	275	46,38
467	Рис припущенный с томатом	Обед	247,65	6,54	7,32	45,19	180	26,83
511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	Обед	270,5	11,13	15,65	12,57	130	79,42
-	Компот ассорти	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,22
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,68	2,53	0,21	17,44	40	3,73
-	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,26
Итого			667,89	20,87	23,73	98,54	-	192,84
Комплекс6 (10-11классы)								
-	Салат из капусты по- домашнему	Завтрак	101	1,4	6,1	9,1	100	14,36
-	Овощи паровые	Завтрак	128,27	3,16	5,31	15,12	180	58,14
-	Митболы из мяса на шпажке в сливочном соусе 100/50	Завтрак	176	10,25	9,53	11,63	150	70,80
-	Компот из кураги	Завтрак	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб ржаной	Завтрак	72,53	2,48	0,45	15,65	45	3,25
-	Яблоко	Завтрак	29,89	0,64	0,64	15,68	160	26,77
Итого			595,88	18,65	22,06	90,42	-	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	34,68
-	Шницель из мяса с болгарским перцем в сливочном со	Завтрак	216	16,3	11,4	12,9	150	95,11
-	Компот ассорти	Завтрак	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,22
-	Батон с отрубями	Завтрак	93,68	3,15	1,05	18,83	35	3,21
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
Итого			687,93	26,48	28,56	100,87	-	185,00
Коплекс8(5-11классы)								
-	Салат из капусты по- домашнему	Обед	101	1,4	6,1	9,1	100	14,36
-	Суп картофельный с горохом (мясо) 250/20	Обед	-	-	-	-	275	46,32
-	Овощи паровые	Обед	128,27	3,16	5,31	15,12	180	58,14
-	Митболы из мяса на шпажке в сливочном соусе 100/50	Обед	176	10,25	9,53	11,63	150	70,80
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Батон с отрубями	Обед	80,3	2,7	0,9	16,14	30	2,80
-	Яблоко	Обед	17,75	0,38	0,38	9,31	95	15,90
Итого			591,51	18,61	22,25	84,54	-	220,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	02.10.2025 11:38:58	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	02.10.2025 17:10:29	E077AC7B359588575368BF4214CFAFFE77532C90