

Меню на 07.10.2025

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	10,77	0,38	0,42	1,63	50	18,89
-	Гуляш 50/50	Завтрак	188,03	6,48	13,27	12,12	100	67,68
-	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	3,14
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
Итого (завтрак)			565,57	18,07	18,6	89,06	-	111,74
245/1	Огурец Пикантный	Обед	4,31	0,15	0,17	0,65	20	7,56
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	129,13	2,14	5,38	16,96	285	46,18
6/8	Рагу из мяса с овощами	Обед	358,17	16,07	22,97	30,89	200	91,52
-	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	24,18	0,83	0,15	5,22	15	1,17
Итого (обед)			674,35	21,93	28,92	88,51	-	159,85
Итого			1 239,92	40	47,52	177,57	-	271,59
Завтрак-Обед(5-11классы)								
245/1	Огурец "Пикантный"	Завтрак	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,41
-	Гуляш 50/50	Завтрак	188,03	6,48	13,27	12,12	100	67,68
-	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	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	105,01	3,2	1,39	18,8	40	3,73
-	Хлеб ржаной	Завтрак	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,95
Итого (завтрак)			600,83	19,36	19,24	95,91	-	107,79
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	59,70
6/8	Рагу из мяса с овощами	Обед	358,17	16,07	22,97	30,89	250	114,47
-	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	-	213,61
Итого			1 304,5	42,34	49,64	187,26	-	321,40
Комплекс (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	4,31	0,15	0,17	0,65	20	7,56
6/8	Рагу из мяса с овощами	Завтрак	358,17	16,07	22,97	30,89	250	114,47
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	179,12	5,28	0,51	37,39	40	3,48
Итого			595,56	21,68	23,67	82,89	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс 10(5-11 классы)								
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	122,34	2,03	5,09	16,07	270	32,65
6/8	Рагу из мяса с овощами	Обед	358,17	16,07	22,97	30,89	250	114,47
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	11,56
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	39,38	1,2	0,52	7,05	15	1,32
Итого			588,89	19,4	28,58	70,11	-	160,00
Комплекс 9(5--11 классы)								
6/8	Рагу из мяса с овощами	Обед	358,17	16,07	22,97	30,89	250	114,47
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	11,56
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,76	2,4	1,04	14,1	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Обед	24,18	0,83	0,15	5,22	15	1,17
Итого			530,11	19,4	24,16	66,31	-	130,00
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	67,68
-	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	2,71
-	Хлеб ржаной	Завтрак	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,55
Итого			535,24	17,09	18,29	83,07	-	108,64
Комплекс1 (1-4классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	5,38	0,19	0,21	0,82	25	9,50
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	129,13	2,14	5,38	16,96	285	46,18
6/8	Рагу из мяса с овощами	Обед	358,17	16,07	22,97	30,89	200	91,52
-	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	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
Итого			699,59	22,79	29,11	93,89	-	162,95
Комплекс2 (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	4,31	0,15	0,17	0,65	20	7,56
6/8	Рагу из мяса с овощами	Завтрак	358,17	16,07	22,97	30,89	250	114,47
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	179,12	5,28	0,51	37,39	40	3,48
Итого			595,56	21,68	23,67	82,89	-	128,56
Комплекс3 (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,66
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	120,07	1,99	5	15,77	265	25,89
6/8	Рагу из мяса с овощами	Обед	358,17	16,07	22,97	30,89	200	91,52
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,56	2,64	0,25	18,69	20	1,67
Итого			624,99	21	28,37	79,8	-	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	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,71
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	131,4	2,18	5,47	17,26	290	59,70
6/8	Рагу из мяса с овощами	Обед	358,17	16,07	22,97	30,89	250	114,47
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	11,56
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	39,38	1,2	0,52	7,05	15	1,40
Итого			601,18	19,67	29,09	71,79	-	192,84

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	80,48
484	Булгур с кукурузой	Завтрак	108	6,7	5,4	27,3	180	41,30
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	1,95
-	Булочка домашняя	Завтрак	100	1,82	2,63	15,13	50	13,21
Итого			588,69	24,39	21,57	73,4	-	185,00

Комплекс7 (10-11классы)								
530	Салат с кускусом и яйцом	Завтрак	102,51	2,54	5,99	2,61	100	27,98
466	Чиполетти пикантные на шпажке с сырным соусом	Завтрак	216,17	10,89	11,57	9,74	150	80,44
228	Картофельный гратен	Завтрак	236,34	4,89	5,74	42,01	180	51,76
628	Альпийский луг (чай зеленый пакетированный с	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	9,76
-	сахар							
-	Хлеб ржаной	Завтрак	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,85
-	Булочка домашняя	Завтрак	100	1,82	2,63	15,13	50	13,21
Итого			733,11	21,59	26,2	87,98	-	185,00

Коплекс8(5-11классы)								
-	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	122,34	2,03	5,09	16,07	270	32,70
530	Салат с кускусом и яйцом	Обед	102,51	2,54	5,99	2,61	100	27,98
466	Чиполетти пикантные на шпажке с сырным соусом	Обед	216,17	10,89	11,57	9,74	150	80,05
228	Картофельный гратен	Обед	236,34	4,89	5,74	42,01	180	51,76
628	Альпийский луг (чай зеленый пакетированный с	Обед	37,8	0,08	0,02	9,8	200	9,76
-	сахар							
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,74
-	Булочка домашняя	Обед	100	1,82	2,63	15,13	50	13,21
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,76	2,4	1,04	14,1	30	2,80
Итого			934,21	26,02	32,33	118,15	-	220,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	03.10.2025 12:11:56	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	03.10.2025 16:49:19	E077AC7B359588575368BF4214CFAFFE77532C90