

Меню на 10.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак-Обед(1-4классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	49,23	1,5	0,65	8,81	25	2,26
245/1	Огурец "Пикантный"	Завтрак	10,74	0,38	0,42	1,64	50	19,09
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,11	3,67	22,07	150	30,77
-	Колобки рыбные тушенные в молочном соусе 75/30	Завтрак	200,13	12,51	12,27	11,97	105	51,25
628	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,55
Итого (завтрак)			462,71	18,68	17,23	61,28	-	107,97
-	Батон с отрубями	Обед	53,53	1,8	0,6	10,76	20	1,86
-	Хлеб ржаной	Обед	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,55
-	Гуляш 50/50	Обед	188,03	6,48	13,27	12,12	100	78,24
-	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	10,53
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,91
-	Суп картофельный с рыбой с крупой 250/10	Обед	246,25	8,92	7,12	37,32	270	34,53
Итого (обед)			749,85	22,03	25,59	112,59	-	163,62
Итого			1 212,56	40,71	42,82	173,87	-	271,59
Завтрак-Обед(5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,43
-	Картофельное пюре	Завтрак	159,11	3,73	4,4	26,48	180	36,91
-	Колобки рыбные тушенные в молочном соусе 75/30	Завтрак	285,9	17,87	17,53	17,1	150	73,21
-	Батон с отрубями	Завтрак	80,3	2,7	0,9	16,14	30	2,80
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
Итого (завтрак)			634,08	26,36	23,4	85,09	-	129,73
-	Хлеб ржаной	Обед	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,11
-	Батон с отрубями	Обед	107,07	3,6	1,2	21,52	40	3,73
-	Яблоко	Обед	26,15	0,56	0,56	13,72	140	23,42
-	Гуляш 50/50	Обед	188,03	6,48	13,27	12,12	100	70,18
-	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	10,53
-	Капуста тушеная с куркумой	Обед	234,14	3,78	6,67	36,67	180	31,02
-	Суп картофельный с крупой с рыбой	Обед	255,37	9,25	7,39	38,7	280	49,68
Итого (обед)			945,94	25,87	29,49	155,59	-	191,67
Итого			1 580,02	52,23	52,89	240,68	-	321,40
Комплекс (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	8,61	0,31	0,33	1,31	40	15,12
-	Картофельное пюре	Завтрак	159,11	3,73	4,4	26,48	180	36,91
-	Гуляш 50/50	Завтрак	188,03	6,48	13,27	12,12	100	70,18
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,55
-	Батон с отрубями	Завтрак	53,53	1,8	0,6	10,76	20	1,75
Итого			495,47	13,6	18,82	71,58	-	128,56
Комплекс 10(5-11 классы)								
-	Суп картофельный с крупой с рыбой	Обед	237,13	8,59	6,86	35,94	260	39,59
-	Картофельное пюре	Обед	159,11	3,73	4,4	26,48	180	36,91
-	Гуляш 50/50	Обед	188,03	6,48	13,27	12,12	100	70,18
-	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	10,53
-	Батон с отрубями	Обед	80,3	2,7	0,9	16,14	30	2,79
Итого			735,28	21,5	25,43	109,63	-	160,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс 9(5--11 классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	8,61	0,31	0,33	1,31	40	15,12
-	Картофельное пюре	Обед	159,11	3,73	4,4	26,48	180	36,91
-	Гуляш 50/50	Обед	188,03	6,48	13,27	12,12	100	70,18
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,95
-	Батон с отрубями	Обед	80,3	2,7	0,9	16,14	30	2,79
Итого			530,3	14,77	19,17	78,7	-	130,00
Комплекс(1-4классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	49,23	1,5	0,65	8,81	25	2,15
245/1	Огурец "Пикантный"	Завтрак	10,74	0,38	0,42	1,64	50	19,09
-	Пюре картофельное	Завтрак	132,58	3,11	3,67	22,07	150	30,77
-	Колобки рыбные тушенные в молочном соусе 75/30	Завтрак	200,13	12,51	12,27	11,97	105	51,25
628	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
Итого			478,83	19,23	17,33	64,76	-	108,64
Комплекс1 (1-4классы)								
-	Суп картофельный с рыбой с крупой 250/10	Обед	246,25	8,92	7,12	37,32	270	34,26
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,91
-	Гуляш 50/50	Обед	188,03	6,48	13,27	12,12	100	78,24
-	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	10,53
-	Хлеб ржаной	Обед	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,55
-	Батон с отрубями	Обед	40,15	1,35	0,45	8,07	15	1,46
Итого			736,47	21,58	25,44	109,9	-	162,95
Комплекс2 (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	8,61	0,31	0,33	1,31	40	15,12
-	Картофельное пюре	Завтрак	159,11	3,73	4,4	26,48	180	36,91
-	Гуляш 50/50	Завтрак	188,03	6,48	13,27	12,12	100	70,18
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,55
-	Батон с отрубями	Завтрак	53,53	1,8	0,6	10,76	20	1,75
Итого			495,47	13,6	18,82	71,58	-	128,56
Комплекс3 (5-11классы)								
-	Суп картофельный с рыбой с крупой 200/10	Обед	143,3	4,91	3,89	27,05	210	21,69
-	Картофельное пюре	Обед	132,59	3,11	3,67	22,07	150	30,75
-	Гуляш 50/50	Обед	188,03	6,48	13,27	12,12	100	70,18
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,12
Итого			566,23	16,33	21,15	85,63	-	127,79
Комплекс4 (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	10,77	0,38	0,42	1,63	50	18,89
-	Суп картофельный с крупой с рыбой	Обед	255,37	9,25	7,39	38,7	280	49,68
-	Картофельное пюре	Обед	159,11	3,73	4,4	26,48	180	36,91
-	Гуляш 50/50	Обед	188,03	6,48	13,27	12,12	100	70,18
-	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	10,53
-	Хлеб ржаной	Обед	64,47	2,2	0,4	13,91	40	2,92
-	Батон с отрубями	Обед	107,07	3,6	1,2	21,52	40	3,73
Итого			855,53	25,64	27,08	133,31	-	192,84
Комплекс6 (10-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	20	1,86
470	Салат из моркови по-корейски	Завтрак	92	1,2	6,2	6,9	100	15,70
456	Горшочек по-царски (ароматная гречка с мясом)	Завтрак	490	18,25	21,7	50	250	121,08
-	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,07
Итого			730,28	22,13	29,1	96,31	-	185,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс7 (10-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	20	1,86
330	Французский салат	Завтрак	25,4	1,05	0,2	3,75	100	15,84
472	Картофельный мусс	Завтрак	159,09	3,72	5,39	24,11	180	36,78
42	Котлета рыбная Лада	Завтрак	186,65	9,84	12,53	8,64	100	87,68
-	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
-	Яблоко	Завтрак	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,55
Итого			515,68	17,21	19,24	73,95	-	185,00

Комплекс8(5-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,73
470	Салат из моркови по-корейски	Обед	92	1,2	6,2	6,9	100	15,70
-	Суп картофельный с крупой с рыбой	Обед	255,37	9,25	7,39	38,7	280	48,74
456	Горшочек по-царски (ароматная гречка с мясом)	Обед	490	18,25	21,7	50	250	121,08
-	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
-	Батон с отрубями	Обед	133,83	4,5	1,5	26,9	50	4,46
Итого			1 136,44	36,6	38,03	157,2	-	220,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
----------------------------	--	--	--

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	08.10.2025 11:27:15	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	08.10.2025 17:06:39	E077AC7B359588575368BF4214CFAFFE77532C90

ООО "ШБС №11"	МАОУ СОШ № 167
----------------------	-----------------------

Меню на 10.10.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Закуски								
330	Французский салат	-	25,4	1,05	0,2	3,75	100	15,84
470	Салат из моркови по-корейски	-	92	1,2	6,2	6,9	100	15,70
Супы								
-	Суп картофельный с крупой с рыбой	-	255,37	9,25	7,39	38,7	250/30	49,68
Гарниры								
-	Картофельное пюре	-	159,11	3,73	4,4	26,48	180	36,91
-	Капуста тушеная с куркумой	-	234,14	3,78	6,67	36,67	180	31,02
Блюда из рыбы								
42	Котлета рыбная Лада	-	186,65	9,84	12,53	8,64	100	87,68
-	Колобки рыбные тушенные в молочном соусе 75/30	-	285,9	17,87	17,53	17,1	150	73,21
Блюда из мяса								
-	Гуляш 50/50	-	188,03	6,48	13,27	12,12	100	70,18
456	Горшочек по-царски (ароматная гречка с мясом)	-	490	18,25	21,7	50	250	121,08
Напитки								
-	Сок в ассортименте	-	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
-	Напиток с витаминами Витошка	-	70,71	-	-	18,95	200	10,53
-	Чай с сахаром	-	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
Мучные изделия								
-	Хлеб ржаной	-	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
-	Сдоба Выборгская	-	148,91	2,59	4,32	24,93	100	23,30
-	Булочка домашняя"YPN"	-	48,5	1,68	0,26	8,27	100	20,07
-	Пицца с филе кур.	-	80	20	20	10	100	54,74
-	Булочка с сыром	-	-	-	-	-	100	29,47
-	Манник	-	316,94	6,52	7,7	56,67	100	20,67
-	Шаньга с картофелем	-	173,6	24,81	24,4	111,3	100	24,83
-	Маффин	-	65,63	2	0,87	11,75	100	34,60

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
----------------------------	--	--	--

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	08.10.2025 11:27:15	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	08.10.2025 17:06:39	E077AC7B359588575368BF4214CFAFFE77532C90