

Меню на 14.10.2025

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	8,61	0,31	0,33	1,31	40	15,12
-	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	16,88
-	Тефтели из мяса с отр мол.соус	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	130	73,12
-	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	1,68
Итого (завтрак)			500,95	18,89	16,19	72,4	-	116,56
-	Батон с отрубями	Обед	53,53	1,8	0,6	10,76	20	1,86
-	Хлеб ржаной	Обед	24,18	0,83	0,15	5,22	15	1,17
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	8,26
320	Рыба, запеченая в молочном соусе 60/60	Обед	260,8	14,46	15,47	14,69	120	70,99
-	Борщ с мясом со сметаной 250/5/10	Обед	131,4	2,18	5,47	17,26	265	26,65
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
245/1	Огурец Пикантный	Обед	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
Итого (обед)			720,09	23,41	26,34	96,38	-	155,03
Итого			1 221,04	42,3	42,53	168,78	-	271,59
Завтрак-Обед(5-11классы)								
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,16
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	11,84	0,42	0,46	1,8	55	20,78
-	Макароны отварные	Завтрак	220,73	6,36	3,58	40,93	180	16,86
-	Тефтели из мяса с отр мол.соус	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	130	73,12
-	Батон с отрубями	Завтрак	107,06	3,6	1,2	21,52	40	3,73
Итого (завтрак)			642,85	23,51	17,82	100,9	-	126,41
-	Батон с отрубями	Обед	107,06	3,6	1,2	21,52	40	3,73
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	8,26
320	Рыба, запеченая в молочном соусе 60/60	Обед	260,8	14,46	15,47	14,69	120	70,99
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	55,25
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
-	Хлеб ржаной	Обед	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,11
Итого (обед)			912,91	33,68	39,43	118,03	-	194,99
Итого			1 555,76	57,19	57,25	218,93	-	321,40
Комплекс (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	4,31	0,15	0,17	0,65	20	7,56
-	Пюре картофельное	Завтрак	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
-	Тефтели из мяса с отр мол.соус	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	130	73,12
-	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	1,55
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	89,56	2,64	0,25	18,69	20	1,81
Итого			540,07	19,1	17,3	79	-	128,56
Комплекс 10(5-11 классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	5,38	0,19	0,21	0,82	25	9,52
-	Борщ со сметаной 250/5	Обед	210,49	8,5	16,33	17,51	270	33,42
-	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	70,99
-	Напиток из шиповника	Обед	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Обед	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,55
Итого			723,74	28,22	36,71	81,06	-	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	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,38
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
320	Рыба, запеченная в молочном соусе 60/60	Обед	260,8	14,46	15,47	14,69	120	70,99
-	Напиток из шиповника	Обед	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
-	Хлеб ржаной	Обед	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,11
Итого			546,57	20,86	20,62	70,67	-	130,00
Комплекс(1-4классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	4,31	0,15	0,17	0,65	20	7,48
-	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	16,88
-	Тефтели из мяса с отр мол.соус	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	130	73,12
-	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
-	Батон с отрубями	Завтрак	40,15	1,35	0,45	8,07	15	1,40
Итого			483,27	18,28	15,88	69,05	-	108,64
Комплекс1 (1-4классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	11,84	0,42	0,46	1,8	55	20,78
-	Борщ с мясом со сметаной 250/5/10	Обед	131,4	2,18	5,47	17,26	265	26,67
-	Пюре картофельное	Обед	132,6	3,11	3,67	22,07	150	30,75
320	Рыба, запеченная в молочном соусе 60/60	Обед	260,8	14,46	15,47	14,69	120	70,99
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	8,26
-	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	3,17
Итого			763,28	25,15	26,42	106,06	-	162,95
Комплекс2 (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Завтрак	4,31	0,15	0,17	0,65	20	7,56
-	Пюре картофельное	Завтрак	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
-	Тефтели из мяса с отр мол.соус	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	130	73,12
-	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	1,55
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	89,56	2,64	0,25	18,69	20	1,81
Итого			540,07	19,1	17,3	79	-	128,56
Комплекс3 (5-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	39,38	1,2	0,52	7,05	20	1,78
245/1	Огурец Пикантный	Обед	4,31	0,15	0,17	0,65	20	7,56
-	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Обед	156,36	3,79	8,35	24,35	215	20,85
-	Пюре картофельное	Обед	132,6	3,11	3,67	22,07	150	30,75
-	Рыба, запеченная в молочном соусе	Обед	201,5	12,05	12,63	9,74	100	57,42
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	8,26
-	Хлеб ржаной	Обед	24,18	0,83	0,15	5,22	15	1,17
Итого			642,95	21,31	25,49	90,06	-	127,79
Комплекс4 (5-11классы)								
245/1	Огурец Пикантный	Обед	9,69	0,35	0,38	1,47	45	17,00
-	Борщ со сметаной 250/5	Обед	222,19	8,97	17,23	18,49	285	54,12
-	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
-	Тефтели из мяса с отр мол.соус	Обед	199,13	11,24	12,18	11,62	130	73,12
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	8,26
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
-	Батон с отрубями	Обед	107,06	3,6	1,2	21,52	40	3,25
Итого			830,14	29,72	35,69	111	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс6 (10-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	59,07	1,8	0,78	10,58	30	2,74
628	Ароматные вершины (чай черный таежный пакетированн	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	7,53
7	Салат Куптун	Завтрак	127,72	1,2	9,89	8,47	100	18,95
472	Картофельный креп, кг	Завтрак	165,89	3,7	569	12,55	180	35,25
266	Рыба по-царски (рыба с томатами под сырной корочко	Завтрак	163,23	14,51	7,73	20,55	105	89,11
-	Хлеб ржаной	Завтрак	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,95
-	Булочка с сыром	Завтрак	-	-	-	-	100	29,47
Итого			594	22,66	587,67	70,64	-	185,00

Комплекс7 (10-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,73
628	Альпийский луг (чай зеленый пакетированный с сахар	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	9,76
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	91,79
-	Хлеб ржаной	Завтрак	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,05
-	Булочка с сыром	Завтрак	-	-	-	-	100	29,47
Итого			665,09	20,68	21,33	93,4	-	185,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	13.10.2025 17:22:05	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
ООО "ШБС №11"			МАОУ СОШ № 167

Меню на 14.10.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Закуски								
7	Салат Куптун	-	127,72	1,2	9,89	8,47	100	18,95
470	Салат из моркови по-корейски	-	92	1,2	6,2	6,9	100	15,70
Супы								
-	Борщ со сметаной 250/5	-	222,19	8,97	17,23	18,49	285	54,12
Гарниры								
-	Пюре картофельное	-	159,1	3,73	4,4	26,49	180	34,76
-	Макароны отварные	-	220,73	6,36	3,58	40,93	180	16,86
-	Картофель отварной	-	195,49	4,56	6,6	38,63	150	31,28
358	Рис "Золотистый" с куркумой	-	239,91	4,19	5,11	44,15	180	20,24
472	Картофельный креп, кг	-	165,89	3,7	569	12,55	180	35,25
492	Сарацинское зерно с кукурузой (рис с кукурузой),	-	218,19	5,16	9,36	38,9	180	31,50
Блюда из рыбы								
266	Рыба по-царски (рыба с томатами под сырной корочко	-	147,68	13,13	7	18,59	60/35	78,97
320	Рыба, запеченая в молочном соусе 60/60	-	260,8	14,46	15,47	14,69	120	70,99
491	Орли с соусом Бешамель	-	173,87	9,64	4,31	9,79	100	91,79
Блюда из мяса								
-	Тефтели из мяса с отр мол.соус	-	199,13	11,24	12,18	11,62	130	73,12
Напитки								
-	Компот из ягод	-	84,62	0,18	-	20,98	200	8,26
-	Компот из кураги	-	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Напиток из шиповника	-	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
Мучные изделия								
-	Маффин	-	65,63	2	0,87	11,75	100	20,74
-	Манник	-	316,94	6,52	7,7	56,67	100	20,67

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
-	Булочка домашняя"УРН"	-	48,5	1,68	0,26	8,27	100	20,07
-	Булочка с сыром	-	-	-	-	-	100	29,47
-	Пицца с филе кур.	-	80	20	20	10	100	54,74
-	Сдоба Выборгская	-	148,91	2,59	4,32	24,93	100	23,30

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

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	13.10.2025 17:22:05	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167