

Меню на 22.10.2025

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	59,07	1,8	0,78	10,58	30	2,55
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	13,87	0,47	0,41	2,16	45	16,99
-	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	14,36
-	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	194,97	10,03	12,6	11,29	100	75,22
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
Итого (завтрак)			505,81	17,78	16,79	72,1	-	112,17
-	Хлеб ржаной	Обед	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,11
-	Вафли	Обед	312,84	9,35	15,57	30,88	44	20,79
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	353,3	14,8	16,51	36,71	200	80,61
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	275	40,91
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	59,07	1,8	0,78	10,58	30	2,80
Итого (обед)			1 003,77	32,02	40,82	128,47	-	159,42
Итого			1 509,58	49,8	57,61	200,57	-	271,59
Завтрак-Обед(5-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,73
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	16,95	0,58	0,5	2,64	55	20,63
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,95
-	Макароны отварные	Завтрак	220,73	6,36	5,57	40,93	180	19,63
-	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	194,97	10,03	12,6	11,29	100	75,22
Итого (завтрак)			605,66	20,92	19,98	91,61	-	124,21
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	87,01
-	Хлеб ржаной	Обед	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,55
-	Вафли	Обед	312,84	9,35	15,57	30,88	44	20,79
245/1	Огурец "Пикантный"	Обед	10,77	0,38	0,42	1,63	50	18,89
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	132,77	3,32	7,94	13,87	290	54,02
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,73
Итого (обед)			987,12	35,77	37,84	136,56	-	197,19
Итого			1 592,78	56,69	57,82	228,17	-	321,40
Комплекс (5-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,73
-	Хлеб ржаной	Завтрак	56,41	1,93	0,35	12,17	35	2,65
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	9,25	0,32	0,27	1,44	30	11,33
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Завтрак	331,56	18,5	12,64	45,89	250	87,01
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Вафли	Завтрак	312,84	9,35	15,57	30,88	44	20,79
Итого			842,78	32,68	29,89	118,44	-	128,56
Комплекс 10(5-11 классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	68,92	2,1	0,91	12,34	35	3,26
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	119,03	2,98	7,12	12,43	260	37,74
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	87,01
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
-	Вафли	Обед	312,84	9,35	15,57	30,88	44	20,79
Итого			920,54	33,65	36,27	124,78	-	160,00
Комплекс 9(5--11 классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	88,61	2,7	1,17	15,86	45	4,03
245/1	Огурец Пикантный	Обед	8,61	0,31	0,33	1,31	40	15,12
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	87,01
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Вафли	Обед	312,84	9,35	15,57	30,88	44	20,79
Итого			795,58	31,04	29,73	107,9	-	130,00
Комплекс(1-4классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	88,61	2,7	1,17	15,86	45	3,81
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	9,25	0,32	0,27	1,44	30	11,33
-	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	15,23
-	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	194,97	10,03	12,6	11,29	100	75,22
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
Итого			530,73	18,53	17,04	76,66	-	108,64

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс1 (1-4классы)								
-	Помидор свежий пикантный	Обед	9,25	0,32	0,27	1,44	30	11,33
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	88,61	2,7	1,17	15,86	45	4,19
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	275	32,97
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	353,3	14,8	16,51	36,71	200	80,61
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	10,48
-	Хлеб ржаной	Обед	56,41	1,93	0,35	12,17	35	2,58
-	Вафли	Обед	312,84	9,35	15,57	30,88	44	20,79
Итого			1 034,5	32,97	41,43	133,45	-	162,95
Комплекс2 (5-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,73
-	Хлеб ржаной	Завтрак	56,41	1,93	0,35	12,17	35	2,65
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	9,25	0,32	0,27	1,44	30	11,33
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Завтрак	331,56	18,5	12,64	45,89	250	87,01
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Вафли	Завтрак	312,84	9,35	15,57	30,88	44	20,79
Итого			842,78	32,68	29,89	118,44	-	128,56
Комплекс3 (5-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,71
-	Хлеб ржаной	Обед	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,55
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	123,61	3,09	7,39	12,91	270	30,72
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	353,3	14,8	16,51	36,71	200	80,61
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
Итого			676,09	22,11	25,17	93,91	-	127,79
Комплекс4 (5-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	68,92	2,1	0,91	12,34	35	3,26
-	Помидор свежий пикантный	Обед	16,95	0,58	0,5	2,64	55	20,39
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	128,19	3,21	7,67	13,39	280	47,08
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	87,01
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
-	Хлеб ржаной	Обед	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,11
-	Вафли	Обед	312,84	9,35	15,57	30,88	44	20,79
Итого			1 011,12	36,66	37,72	142,29	-	192,84
Комплекс6 (10-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	20	1,46
7	Салат Куптун	Завтрак	127,72	1,2	9,89	8,47	100	18,95
485	Капуста цветная в сухарном соусе	Завтрак	174	7,5	7,7	21,2	180	65,38
488	Люля-кебаб Школьный	Завтрак	196	11,3	5,3	11,7	150	89,45
705	Ароматный узвар из шиповника	Завтрак	56	-	-	13,1	200	9,76
Итого			593,1	21,2	23,41	61,52	-	185,00
Комплекс7 (10-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,73
243	Салат из свежих хрустящих огурчиков с подсолнечным	Завтрак	68	0,63	6	2,3	100	38,95
487	Удон из нежного мяса птицы с пикантными овощами	Завтрак	401	20	11,3	46,9	300	115,77
700	Мунберри (напиток из брусники)	Завтрак	88,19	0,72	0,03	21,09	200	24,02
-	Хлеб ржаной	Завтрак	56,41	1,93	0,35	12,17	35	2,53
Итого			692,36	25,68	18,72	96,56	-	185,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	20.10.2025 12:39:08	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	20.10.2025 15:44:49	E077AC7B359588575368BF4214CFAFFE77532C90

Меню на 22.10.2025

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
243	Салат из свежих хрустящих огурчиков с подсолнечным	-	68	0,63	6	2,3	100	38,95
-	Салат "Нептун" с кальмарами	-	-	-	-	-	100	165,27
-	Сельдь "под-шубой"	-	-	-	-	-	100	37,13
Супы								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	-	128,19	3,21	7,67	13,39	280	47,08
Гарниры								
-	Макароны отварные	-	220,73	6,36	5,57	40,93	180	39,27
485	Капуста цветная в сухарном соусе	-	174	7,5	7,7	21,2	180	66,38
Блюда из мяса								
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	-	331,56	18,5	12,64	45,89	50/200	87,01
487	Удон из нежного мяса птицы с пикантными овощами	-	401	20	11,3	46,9	300	115,77
488	Люля-кебаб Школьный	-	196	11,3	5,3	11,7	100/50	90,25
Блюда из птицы								
-	Котлета из филе кур с отрубями	-	194,97	10,03	12,6	11,29	100	75,22
Напитки								
-	Компот из кураги и изюма	-	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
-	Чай с сахаром	-	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
700	Мунберри (напиток из брусники)	-	88,19	0,72	0,03	21,09	200	24,02
705	Ароматный узвар из шиповника	-	56	-	-	13,1	200	9,76
-	Сок в ассортименте	-	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	20.10.2025 12:39:08	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	20.10.2025 15:44:49	E077AC7B359588575368BF4214CFAFFE77532C90