

## Меню на 26.11.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>Завтрак-Обед(1-4классы)</b>								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	59,07	1,8	0,78	10,58	30	2,80
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	15,41	0,53	0,45	2,4	50	18,93
-	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	14,40
-	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	194,97	10,03	12,6	11,29	100	75,20
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>507,35</b>	<b>17,84</b>	<b>16,83</b>	<b>72,34</b>	-	<b>114,38</b>
-	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	77,47
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	275	40,91
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,73
<b>Итого (обед)</b>			<b>1 023,46</b>	<b>32,62</b>	<b>41,08</b>	<b>131,99</b>	-	<b>157,21</b>
<b>Итого</b>			<b>1 530,81</b>	<b>50,46</b>	<b>57,91</b>	<b>204,33</b>	-	<b>271,59</b>
<b>Завтрак-Обед(5-11классы)</b>								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	98,45	3	1,3	17,63	50	4,66
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	18,5	0,63	0,54	2,88	60	22,65
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	56,41	1,93	0,35	12,17	35	2,47
-	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	75,20
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>643,02</b>	<b>22,13</b>	<b>20,38</b>	<b>98,86</b>	-	<b>127,66</b>
-	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	82,78
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
-	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
<b>Итого (обед)</b>			<b>1 003,24</b>	<b>36,32</b>	<b>37,94</b>	<b>140,04</b>	-	<b>193,74</b>
<b>Итого</b>			<b>1 646,26</b>	<b>58,45</b>	<b>58,32</b>	<b>238,9</b>	-	<b>321,40</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>Комплекс (5-11 классы)</b>								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,73
-	Хлеб ржаной	Завтрак	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,10
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	12,33	0,42	0,36	1,92	40	15,11
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Завтрак	331,56	18,5	12,64	45,89	250	82,78
-	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
<b>Итого</b>			<b>853,92</b>	<b>33,05</b>	<b>30,03</b>	<b>120,66</b>	-	<b>128,56</b>
<b>Комплекс 10(5-11 классы)</b>								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	29,54	0,9	0,39	5,29	15	1,40
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	121,32	3,04	7,26	12,67	265	44,76
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	81,85
-	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
<b>Итого</b>			<b>883,45</b>	<b>32,51</b>	<b>35,89</b>	<b>117,97</b>	-	<b>160,00</b>
<b>Комплекс 9(5--11 классы)</b>								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	98,45	3	1,3	17,63	50	4,49
245/1	Огурец Пикантный	Обед	10,77	0,38	0,42	1,63	50	18,89
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	82,78
-	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
<b>Итого</b>			<b>807,58</b>	<b>31,41</b>	<b>29,95</b>	<b>109,99</b>	-	<b>130,00</b>
<b>Комплекс(1-4классы)</b>								
-	Хлеб подовый Чусовской	Завтрак	96,7	3,3	0,6	20,86	50	3,83
-	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	75,20
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
<b>Итого</b>			<b>538,82</b>	<b>19,13</b>	<b>16,47</b>	<b>81,66</b>	-	<b>108,64</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>Комплекс1 (1-4классы)</b>								
-	Помидор свежий пикантный	Обед	12,33	0,42	0,36	1,92	40	15,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	88,61	2,7	1,17	15,86	45	4,18
-	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	77,47
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	10,48
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,95
-	Вафли	Обед	312,84	9,35	15,57	30,88	44	20,79
<b>Итого</b>			<b>1 021,46</b>	<b>32,51</b>	<b>41,42</b>	<b>130,45</b>	-	<b>162,95</b>
<b>Комплекс2 (5-11классы)</b>								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,73
-	Хлеб ржаной	Завтрак	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,10
-	Помидор свежий пикантный	Завтрак	12,33	0,42	0,36	1,92	40	15,11
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Завтрак	331,56	18,5	12,64	45,89	250	82,78
-	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
<b>Итого</b>			<b>853,92</b>	<b>33,05</b>	<b>30,03</b>	<b>120,66</b>	-	<b>128,56</b>
<b>Комплекс3 (5-11классы)</b>								
-	Хлеб ржаной	Обед	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,38
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	275	37,74
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	353,3	14,8	16,51	36,71	200	77,47
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
<b>Итого</b>			<b>599,62</b>	<b>19,77</b>	<b>24,27</b>	<b>80,05</b>	-	<b>127,79</b>
<b>Комплекс4 (5-11классы)</b>								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,73
-	Помидор свежий пикантный	Обед	9,25	0,32	0,27	1,44	30	11,35
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	Обед	132,77	3,32	7,94	13,87	290	61,04
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	82,78
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,20
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,95
-	Вафли	Обед	312,84	9,35	15,57	30,88	44	20,79
<b>Итого</b>			<b>993,66</b>	<b>35,98</b>	<b>37,74</b>	<b>138,11</b>	-	<b>192,84</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>Комплекс6 (10-11классы)</b>								
-	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
<b>Итого</b>			<b>593,1</b>	<b>21,2</b>	<b>23,41</b>	<b>61,52</b>	-	<b>185,00</b>
<b>Комплекс7 (10-11классы)</b>								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,76	2,4	1,04	14,1	40	3,55
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	115,75
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	2,73
<b>Итого</b>			<b>692,36</b>	<b>25,68</b>	<b>18,72</b>	<b>96,56</b>	-	<b>185,00</b>

#### ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	24.11.2025 10:45:02	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	24.11.2025 17:06:39	C0A9DBF7BAF2DBDDFB057EAA4129E5B17C06046A

## Меню на 26.11.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>Закуски</b>								
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
<b>Супы</b>								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной	-	128,19	3,21	7,67	13,39	280	47,08
<b>Гарниры</b>								
-	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
<b>Блюда из мяса</b>								
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	-	331,56	18,5	12,64	45,89	50/200	82,78
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
<b>Блюда из птицы</b>								
-	Котлета из филе кур с отрубями	-	194,97	10,03	12,6	11,29	100	75,20
<b>Напитки</b>								
-	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	Мунбери (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	24.11.2025 10:45:02	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	24.11.2025 17:06:39	C0A9DBF7BAF2DBDDFB057EAA4129E5B17C06046A