

Меню на 02.12.2025

| ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ   |                                           |            |                    |          |         |             |          |              |
|--------------------------|-------------------------------------------|------------|--------------------|----------|---------|-------------|----------|--------------|
| № рец.                   | Блюдо                                     | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, Р |
| Завтрак-Обед(1-4классы)  |                                           |            |                    |          |         |             |          |              |
| 245.07                   | Огурец Пикантный                          | Завтрак    | 6,46               | 0,23     | 0,25    | 0,98        | 30       | 11,34        |
| 8.2                      | Макароны отварные                         | Завтрак    | 183,94             | 5,3      | 2,98    | 34,11       | 150      | 16,88        |
| 422.96                   | Тефтели из мяса с отр<br>мол.соус         | Завтрак    | 199,13             | 11,24    | 12,18   | 11,62       | 130      | 70,16        |
| 62                       | Напиток из шиповника                      | Завтрак    | 55,74              | 0,24     | 0,1     | 14,6        | 200      | 9,76         |
| 94.49                    | Батон с отрубями                          | Завтрак    | 53,53              | 1,8      | 0,6     | 10,76       | 20       | 1,86         |
| Итого (завтрак)          |                                           |            | 498,8              | 18,81    | 16,11   | 72,07       | -        | 110,00       |
| 94.49                    | Батон с отрубями                          | Обед       | 66,91              | 2,25     | 0,75    | 13,45       | 25       | 2,11         |
| 6                        | Хлеб ржаной                               | Обед       | 64,47              | 2,2      | 0,4     | 13,91       | 40       | 3,11         |
| 53.99                    | Компот из ягод                            | Обед       | 84,62              | 0,18     | -       | 20,98       | 200      | 8,26         |
| 320.04                   | Рыба, запеченая в<br>молочном соусе 60/60 | Обед       | 260,8              | 14,46    | 15,47   | 14,69       | 120      | 75,76        |
| 32.32                    | Борщ с мясом со сметаной<br>250/5/10      | Обед       | 131,4              | 2,18     | 5,47    | 17,26       | 265      | 26,25        |
| 7.23                     | Пюре картофельное                         | Обед       | 159,1              | 3,73     | 4,4     | 26,49       | 180      | 34,76        |
| 245.07                   | Огурец Пикантный                          | Обед       | 6,46               | 0,23     | 0,25    | 0,98        | 30       | 11,34        |
| Итого (обед)             |                                           |            | 773,76             | 25,23    | 26,74   | 107,76      | -        | 161,59       |
| Итого                    |                                           |            | 1 272,56           | 44,04    | 42,85   | 179,83      | -        | 271,59       |
| Завтрак-Обед(5-11классы) |                                           |            |                    |          |         |             |          |              |
| 62                       | Напиток из шиповника                      | Завтрак    | 55,74              | 0,24     | 0,1     | 14,6        | 200      | 9,76         |
| 6                        | Хлеб ржаной                               | Завтрак    | 48,35              | 1,65     | 0,3     | 10,43       | 30       | 2,33         |
| 245.07                   | Огурец Пикантный                          | Завтрак    | 11,84              | 0,42     | 0,46    | 1,8         | 55       | 20,78        |
| 8.2                      | Макароны отварные                         | Завтрак    | 220,73             | 6,36     | 3,58    | 40,93       | 180      | 16,86        |
| 422.96                   | Тефтели из мяса с отр<br>мол.соус         | Завтрак    | 199,13             | 11,24    | 12,18   | 11,62       | 130      | 70,16        |
| 94.49                    | Батон с отрубями                          | Завтрак    | 107,06             | 3,6      | 1,2     | 21,52       | 40       | 3,69         |
| Итого (завтрак)          |                                           |            | 642,85             | 23,51    | 17,82   | 100,9       | -        | 123,58       |
| 94.49                    | Батон с отрубями                          | Обед       | 107,06             | 3,6      | 1,2     | 21,52       | 40       | 3,73         |
| 53.99                    | Компот из ягод                            | Обед       | 84,62              | 0,18     | -       | 20,98       | 200      | 8,26         |
| 320.04                   | Рыба, запеченая в<br>молочном соусе 60/60 | Обед       | 260,8              | 14,46    | 15,47   | 14,69       | 120      | 75,76        |
| 245.07                   | Огурец Пикантный                          | Обед       | 10,77              | 0,38     | 0,42    | 1,63        | 50       | 18,89        |
| 32.32                    | Борщ со сметаной 250/5                    | Обед       | 226,09             | 9,13     | 17,54   | 18,81       | 290      | 53,31        |
| 7.23                     | Пюре картофельное                         | Обед       | 159,1              | 3,73     | 4,4     | 26,49       | 180      | 34,76        |
| 6                        | Хлеб ржаной                               | Обед       | 64,47              | 2,2      | 0,4     | 13,91       | 40       | 3,11         |
| Итого (обед)             |                                           |            | 912,91             | 33,68    | 39,43   | 118,03      | -        | 197,82       |
| Итого                    |                                           |            | 1 555,76           | 57,19    | 57,25   | 218,93      | -        | 321,40       |

| № рец.                          | Блюдо                                     | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г | Стоимость, Р  |
|---------------------------------|-------------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| <b>Комплекс (5-11классы)</b>    |                                           |            |                    |              |              |               |          |               |
| 245.07                          | Огурец Пикантный                          | Завтрак    | 3,23               | 0,12         | 0,13         | 0,49          | 15       | 5,66          |
| 320.04                          | Рыба, запеченая в<br>молочном соусе 60/60 | Завтрак    | 260,8              | 14,46        | 15,47        | 14,69         | 120      | 75,76         |
| 7.23                            | Пюре картофельное                         | Завтрак    | 159,1              | 3,73         | 4,4          | 26,49         | 180      | 34,76         |
| 62                              | Напиток из шиповника                      | Завтрак    | 55,74              | 0,24         | 0,1          | 14,6          | 200      | 9,76          |
| 6                               | Хлеб ржаной                               | Завтрак    | 56,41              | 1,93         | 0,35         | 12,17         | 35       | 2,62          |
| <b>Итого</b>                    |                                           |            | <b>535,28</b>      | <b>20,48</b> | <b>20,45</b> | <b>68,44</b>  | -        | <b>128,56</b> |
| <b>Комплекс 10(5-11 классы)</b> |                                           |            |                    |              |              |               |          |               |
| 245.07                          | Огурец Пикантный                          | Обед       | 3,23               | 0,12         | 0,13         | 0,49          | 15       | 5,66          |
| 32.32                           | Борщ со сметаной 250/5                    | Обед       | 210,49             | 8,5          | 16,33        | 17,51         | 270      | 32,89         |
| 7.23                            | Пюре картофельное                         | Обед       | 159,1              | 3,73         | 4,4          | 26,49         | 180      | 34,76         |
| 320.04                          | Рыба, запеченая в<br>молочном соусе 60/60 | Обед       | 260,8              | 14,46        | 15,47        | 14,69         | 120      | 75,76         |
| 62                              | Напиток из шиповника                      | Обед       | 55,74              | 0,24         | 0,1          | 14,6          | 200      | 9,76          |
| 6                               | Хлеб ржаной                               | Обед       | 24,18              | 0,83         | 0,15         | 5,22          | 15       | 1,17          |
| <b>Итого</b>                    |                                           |            | <b>713,54</b>      | <b>27,88</b> | <b>36,58</b> | <b>79</b>     | -        | <b>160,00</b> |
| <b>Комплекс 9(5--11 классы)</b> |                                           |            |                    |              |              |               |          |               |
| 245.07                          | Огурец Пикантный                          | Обед       | 4,31               | 0,15         | 0,17         | 0,65          | 20       | 7,56          |
| 7.23                            | Пюре картофельное                         | Обед       | 159,1              | 3,73         | 4,4          | 26,49         | 180      | 34,76         |
| 320.04                          | Рыба, запеченая в<br>молочном соусе 60/60 | Обед       | 260,8              | 14,46        | 15,47        | 14,69         | 120      | 75,76         |
| 62                              | Напиток из шиповника                      | Обед       | 55,74              | 0,24         | 0,1          | 14,6          | 200      | 9,76          |
| 6                               | Хлеб ржаной                               | Обед       | 48,35              | 1,65         | 0,3          | 10,43         | 30       | 2,16          |
| <b>Итого</b>                    |                                           |            | <b>528,3</b>       | <b>20,23</b> | <b>20,44</b> | <b>66,86</b>  | -        | <b>130,00</b> |
| <b>Комплекс(1-4классы)</b>      |                                           |            |                    |              |              |               |          |               |
| 245.07                          | Огурец Пикантный                          | Завтрак    | 6,46               | 0,23         | 0,25         | 0,98          | 30       | 11,58         |
| 8.2                             | Макароны отварные                         | Завтрак    | 220,73             | 6,36         | 3,58         | 40,93         | 180      | 20,26         |
| 422.96                          | Тефтели из мяса с отр<br>мол.соус         | Завтрак    | 168,49             | 9,51         | 10,31        | 9,83          | 110      | 63,19         |
| 62                              | Напиток из шиповника                      | Завтрак    | 55,74              | 0,24         | 0,1          | 14,6          | 200      | 9,76          |
| 94.49                           | Батон с отрубями                          | Завтрак    | 80,29              | 2,7          | 0,9          | 16,14         | 30       | 2,68          |
| 200                             | Хлеб подовый чусовской                    | Завтрак    | 29,01              | 0,99         | 0,18         | 6,26          | 15       | 1,17          |
| <b>Итого</b>                    |                                           |            | <b>560,72</b>      | <b>20,03</b> | <b>15,32</b> | <b>88,74</b>  | -        | <b>108,64</b> |
| <b>Комплекс1 (1-4классы)</b>    |                                           |            |                    |              |              |               |          |               |
| 245.07                          | Огурец Пикантный                          | Обед       | 8,61               | 0,31         | 0,33         | 1,31          | 40       | 15,12         |
| 32.32                           | Борщ с мясом со сметаной<br>250/5/10      | Обед       | 131,4              | 2,18         | 5,47         | 17,26         | 265      | 26,27         |
| 7.67                            | Пюре картофельное                         | Обед       | 132,6              | 3,11         | 3,67         | 22,07         | 150      | 30,75         |
| 320.04                          | Рыба, запеченая в<br>молочном соусе 60/60 | Обед       | 260,8              | 14,46        | 15,47        | 14,69         | 120      | 75,76         |
| 53.99                           | Компот из ягод                            | Обед       | 84,62              | 0,18         | -            | 20,98         | 200      | 8,26          |
| 6                               | Хлеб ржаной                               | Обед       | 64,47              | 2,2          | 0,4          | 13,91         | 40       | 3,11          |
| 94.49                           | Батон с отрубями                          | Обед       | 107,06             | 3,6          | 1,2          | 21,52         | 40       | 3,68          |
| <b>Итого</b>                    |                                           |            | <b>789,56</b>      | <b>26,04</b> | <b>26,54</b> | <b>111,74</b> | -        | <b>162,95</b> |

| № рец.                         | Блюдо                                                    | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г       | Углеводы, г   | Выход, г | Стоимость, Р  |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------|------------|--------------------|--------------|---------------|---------------|----------|---------------|
| <b>Комплекс2 (5-11классы)</b>  |                                                          |            |                    |              |               |               |          |               |
| 245.07                         | Огурец Пикантный                                         | Завтрак    | 3,23               | 0,12         | 0,13          | 0,49          | 15       | 5,66          |
| 320.04                         | Рыба, запеченая в<br>молочном соусе 60/60                | Завтрак    | 260,8              | 14,46        | 15,47         | 14,69         | 120      | 75,76         |
| 7.23                           | Пюре картофельное                                        | Завтрак    | 159,1              | 3,73         | 4,4           | 26,49         | 180      | 34,76         |
| 62                             | Напиток из шиповника                                     | Завтрак    | 55,74              | 0,24         | 0,1           | 14,6          | 200      | 9,76          |
| 6                              | Хлеб ржаной                                              | Завтрак    | 56,41              | 1,93         | 0,35          | 12,17         | 35       | 2,62          |
| <b>Итого</b>                   |                                                          |            | <b>535,28</b>      | <b>20,48</b> | <b>20,45</b>  | <b>68,44</b>  | -        | <b>128,56</b> |
| <b>Комплекс3 (5-11классы)</b>  |                                                          |            |                    |              |               |               |          |               |
| 245.07                         | Огурец Пикантный                                         | Обед       | 3,23               | 0,12         | 0,13          | 0,49          | 15       | 5,35          |
| 32.1                           | Борщ с капустой и<br>картофелем со сметаной              | Обед       | 156,36             | 3,79         | 8,35          | 24,35         | 215      | 20,85         |
| 7.67                           | Пюре картофельное                                        | Обед       | 132,6              | 3,11         | 3,67          | 22,07         | 150      | 30,75         |
| 121.07                         | Рыба, запеченная в<br>молочном соусе                     | Обед       | 201,5              | 12,05        | 12,63         | 9,74          | 100      | 61,41         |
| 53.99                          | Компот из ягод                                           | Обед       | 84,62              | 0,18         | -             | 20,98         | 200      | 8,26          |
| 6                              | Хлеб ржаной                                              | Обед       | 24,18              | 0,83         | 0,15          | 5,22          | 15       | 1,17          |
| <b>Итого</b>                   |                                                          |            | <b>602,49</b>      | <b>20,08</b> | <b>24,93</b>  | <b>82,85</b>  | -        | <b>127,79</b> |
| <b>Комплекс4 (5-11классы)</b>  |                                                          |            |                    |              |               |               |          |               |
| 245.07                         | Огурец Пикантный                                         | Обед       | 10,77              | 0,38         | 0,42          | 1,63          | 50       | 18,89         |
| 32.32                          | Борщ со сметаной 250/5                                   | Обед       | 222,19             | 8,97         | 17,23         | 18,49         | 285      | 53,66         |
| 7.23                           | Пюре картофельное                                        | Обед       | 159,1              | 3,73         | 4,4           | 26,49         | 180      | 34,76         |
| 422.96                         | Тефтели из мяса с отр<br>мол.соус                        | Обед       | 199,13             | 11,24        | 12,18         | 11,62         | 130      | 70,16         |
| 53.99                          | Компот из ягод                                           | Обед       | 84,62              | 0,18         | -             | 20,98         | 200      | 8,26          |
| 6                              | Хлеб ржаной                                              | Обед       | 72,53              | 2,48         | 0,45          | 15,65         | 45       | 3,38          |
| 94.49                          | Батон с отрубями                                         | Обед       | 107,06             | 3,6          | 1,2           | 21,52         | 40       | 3,73          |
| <b>Итого</b>                   |                                                          |            | <b>855,4</b>       | <b>30,58</b> | <b>35,88</b>  | <b>116,38</b> | -        | <b>192,84</b> |
| <b>Комплекс6 (10-11классы)</b> |                                                          |            |                    |              |               |               |          |               |
| 170                            | Хлеб крестьянский<br>витаминный                          | Завтрак    | 59,07              | 1,8          | 0,78          | 10,58         | 30       | 2,80          |
| 153                            | Ароматные вершины (чай<br>черный таежный<br>пакетированн | Завтрак    | 37,8               | 0,08         | 0,02          | 9,8           | 200      | 7,64          |
| 7                              | Салат Куптун                                             | Завтрак    | 127,72             | 1,2          | 9,89          | 8,47          | 100      | 18,95         |
| 472.03                         | Картофельный креп, кг                                    | Завтрак    | 165,89             | 3,7          | 569           | 12,55         | 180      | 35,25         |
| 266.01                         | Рыба по-царски (рыба с<br>томатами под сырной<br>корочко | Завтрак    | 163,23             | 14,51        | 7,73          | 20,55         | 105      | 98,05         |
| 6                              | Хлеб ржаной                                              | Завтрак    | 32,23              | 1,1          | 0,2           | 6,95          | 20       | 1,52          |
| 116.85                         | Вафли                                                    | Завтрак    | 312,84             | 9,35         | 15,57         | 30,88         | 44       | 20,79         |
| <b>Итого</b>                   |                                                          |            | <b>898,78</b>      | <b>31,74</b> | <b>603,19</b> | <b>99,78</b>  | -        | <b>185,00</b> |

| № рец.                         | Блюдо                                              | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г | Стоимость, Р  |
|--------------------------------|----------------------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| <b>Комплекс7 (10-11классы)</b> |                                                    |            |                    |              |              |               |          |               |
| 170                            | Хлеб крестьянский витаминный                       | Завтрак    | 88,61              | 2,7          | 1,17         | 15,86         | 45       | 4,19          |
| 154                            | Альпийский луг (чай зеленый пакетированный с сахар | Завтрак    | 37,8               | 0,08         | 0,02         | 9,8           | 200      | 9,87          |
| 470.01                         | Салат из моркови по-корейски                       | Завтрак    | 92                 | 1,2          | 6,2          | 6,9           | 100      | 16,14         |
| 492.01                         | Сарацинское зерно с кукурузой (рис с кукурузой),   | Завтрак    | 218,19             | 5,16         | 9,36         | 38,9          | 180      | 33,21         |
| 491.02                         | Орли с соусом Бешамель                             | Завтрак    | 173,87             | 9,64         | 4,31         | 9,79          | 100      | 99,66         |
| 6                              | Хлеб ржаной                                        | Завтрак    | 24,18              | 0,83         | 0,15         | 5,22          | 15       | 1,14          |
| 116.85                         | Вафли                                              | Завтрак    | 312,84             | 9,35         | 15,57        | 30,88         | 44       | 20,79         |
| <b>Итого</b>                   |                                                    |            | <b>947,49</b>      | <b>28,96</b> | <b>36,78</b> | <b>117,35</b> | -        | <b>185,00</b> |

| ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ |                            |                      |                                           |
|---------------------|----------------------------|----------------------|-------------------------------------------|
| Организация         | ФИО                        | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
| ООО "ШБС №11"       | ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА | 28.11.2025 11:31:30  | FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167  |
| МАОУ СОШ № 167      | Ольшевская Татьяна Юрьевна | 28.11.2025 15:47:39  | C0A9DBF7BAF2DBDDFB057EAA4129E5B17C06046A  |

Меню на 02.12.2025

| 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        |
| 470.01          | Салат из моркови по-корейски                       | -               | 92                 | 1,2      | 6,2     | 6,9         | 100      | 15,70        |
| Супы            |                                                    |                 |                    |          |         |             |          |              |
| 32.32           | Борщ со сметаной 250/5                             | -               | 222,19             | 8,97     | 17,23   | 18,49       | 285      | 54,12        |
| Гарниры         |                                                    |                 |                    |          |         |             |          |              |
| 7.23            | Пюре картофельное                                  | -               | 159,1              | 3,73     | 4,4     | 26,49       | 180      | 34,76        |
| 8.2             | Макароны отварные                                  | -               | 220,73             | 6,36     | 3,58    | 40,93       | 180      | 16,86        |
| 42.12           | Картофель отварной                                 | -               | 195,49             | 4,56     | 6,6     | 38,63       | 150      | 31,28        |
| 358.04          | Рис "Золотистый" с куркумой                        | -               | 239,91             | 4,19     | 5,11    | 44,15       | 180      | 16,49        |
| 472.03          | Картофельный креп, кг                              | -               | 165,89             | 3,7      | 569     | 12,55       | 180      | 35,25        |
| 492.01          | Сарацинское зерно с кукурузой (рис с кукурузой),   | -               | 218,19             | 5,16     | 9,36    | 38,9        | 180      | 28,30        |
| Блюда из рыбы   |                                                    |                 |                    |          |         |             |          |              |
| 266.01          | Рыба по-царски (рыба с томатами под сырной корочко | -               | 147,68             | 13,13    | 7       | 18,59       | 60/35    | 78,97        |
| 320.04          | Рыба, запеченая в молочном соусе 60/60             | -               | 260,8              | 14,46    | 15,47   | 14,69       | 120      | 75,76        |
| 491.02          | Орли с соусом Бешамель                             | -               | 173,87             | 9,64     | 4,31    | 9,79        | 100      | 91,79        |
| Блюда из мяса   |                                                    |                 |                    |          |         |             |          |              |
| 422.96          | Тефтели из мяса с отр мол.соус                     | -               | 199,13             | 11,24    | 12,18   | 11,62       | 130      | 73,18        |
| Напитки         |                                                    |                 |                    |          |         |             |          |              |
| 53.99           | Компот из ягод                                     | -               | 84,62              | 0,18     | -       | 20,98       | 200      | 8,26         |
| 54              | Компот из кураги                                   | -               | 88,19              | 0,72     | 0,03    | 23,24       | 200      | 11,68        |
| 62              | Напиток из шиповника                               | -               | 55,74              | 0,24     | 0,1     | 14,6        | 200      | 9,76         |
| Мучные изделия  |                                                    |                 |                    |          |         |             |          |              |
| 34.69           | Маффин                                             | -               | 65,63              | 2        | 0,87    | 11,75       | 100      | 20,74        |
| 34.78           | Манник                                             | -               | 316,94             | 6,52     | 7,7     | 56,67       | 100      | 20,67        |
| 34.94           | Булочка домашняя"YPN"                              | -               | 48,5               | 1,68     | 0,26    | 8,27        | 100      | 20,94        |
| 45.28           | Булочка с сыром                                    | -               | -                  | -        | -       | -           | 100      | 29,73        |
| 88.4            | Пицца с филе кур.                                  | -               | 80                 | 20       | 20      | 10          | 100      | 56,02        |
| 95.21           | Сдоба Выборгская                                   | -               | 148,91             | 2,59     | 4,32    | 24,93       | 100      | 23,81        |

| ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ |                            |                      |                                           |
|---------------------|----------------------------|----------------------|-------------------------------------------|
| Организация         | ФИО                        | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
| ООО "ШБС №11"       | ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА | 28.11.2025 11:31:30  | FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167  |
| МАОУ СОШ № 167      | Ольшевская Татьяна Юрьевна | 28.11.2025 15:47:39  | C0A9DBF7BAF2DBDDFB057EAA4129E5B17C06046A  |