

Меню на 16.12.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
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 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 молочном соусе 60/60	Обед	260,8	14,46	15,47	14,69	120	75,76
32.32	Борщ с мясом со сметаной 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 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 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, ₽
Комплекс (5-11 классы)								
245.07	Огурец Пикантный	Завтрак	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,66
320.04	Рыба, запеченая в 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
Итого			535,28	20,48	20,45	68,44	-	128,56
Комплекс 10(5-11 классы)								
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 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
Итого			713,54	27,88	36,58	79	-	160,00
Комплекс 9(5--11 классы)								
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 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
Итого			528,3	20,23	20,44	66,86	-	130,00
Комплекс(1-4классы)								
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 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	21,75	0,74	0,14	4,69	15	1,17
Итого			553,46	19,78	15,28	87,17	-	108,64
Комплекс1 (1-4классы)								
245.07	Огурец Пикантный	Обед	8,61	0,31	0,33	1,31	40	15,12
32.32	Борщ с мясом со сметаной 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 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
Итого			789,56	26,04	26,54	111,74	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
Комплекс2 (5-11классы)								
245.07	Огурец Пикантный	Завтрак	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,66
320.04	Рыба, запеченая в 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
Итого			535,28	20,48	20,45	68,44	-	128,56
Комплекс3 (5-11классы)								
245.07	Огурец Пикантный	Обед	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,35
32.1	Борщ с капустой и 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 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
Итого			602,49	20,08	24,93	82,85	-	127,79
Комплекс4 (5-11классы)								
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 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
Итого			855,4	30,58	35,88	116,38	-	192,84
Комплекс6 (10-11классы)								
170	Хлеб крестьянский с витаминами	Завтрак	120,45	4,05	1,35	24,21	30	2,80
	Ароматные вершины (чай							
153	черный таежный	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	7,64
	пакетированн							
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
	Рыба по-царски (рыба с							
266.01	томатами под сырной	Завтрак	163,23	14,51	7,73	20,55	105	98,05
	корочко							
6	Хлеб ржаной	Завтрак	32,23	1,1	0,2	6,95	20	1,52
288	Вафли	Завтрак	312,84	9,35	15,57	30,88	44	20,79
Итого			960,16	33,99	603,76	113,41	-	185,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
Комплекс7 (10-11классы)								
170	Хлеб крестьянский с витаминами	Завтрак	180,68	6,08	2,03	36,32	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
288	Вафли	Завтрак	312,84	9,35	15,57	30,88	44	20,79
Итого			1 039,56	32,34	37,64	137,81	-	185,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	11.12.2025 13:06:21	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	11.12.2025 16:09:38	C0A9DBF7BAF2DBDDFB057EAA4129E5B17C06046A

Меню на 16.12.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽	
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
283	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								
Рыба по-царски (рыба с томатами под сырной корочкой)								
266.01	томатами под сырной корочкой	-	147,68	13,13	7	18,59	60/35	78,97
320.04	Рыба, запеченная 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 отрубью 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
292	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	11.12.2025 13:06:21	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	11.12.2025 16:09:38	C0A9DBF7BAF2DBDDFB057EAA4129E5B17C06046A