

Меню на 19.01.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак-Обед(1-4классы)								
98.23	Бутерброд с маслом с сыром 30/10/20	Завтрак	211,7	7,46	12,23	17,33	60	49,27
50.33	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	206,13	6,12	5,39	34,52	210	33,22
83.41	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
213.01	Топинг из ягод	Завтрак	21,44	0,03	0,04	5,45	30	8,25
527.01	Вафли	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	100	47,25
180	Батон с отрубями	Завтрак	144,39	4,4	1,91	25,85	55	4,85
Итого (завтрак)			724,42	19,38	20,83	115,99	-	149,52
234	Огурец "Пикантный"	Обед	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
75.2	Суп картофельный с горохом с гречками (мясо)250/20	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	305	68,76
536	Соте из мяса с овощами	Обед	221,17	10,86	12,69	12,12	100	87,28
12.41	Рис припущенный	Обед	166,8	3,63	3,18	35,26	150	17,99
384.02	Компот из ягод	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	10,70
515	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
201	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	134,34	3,96	0,38	28,04	30	2,80
204	Хлеб подовый чусовской	Обед	49,72	1,7	0,31	10,72	30	2,10
Итого (обед)			940,69	29,07	25,87	154,27	-	224,27
Итого			1 665,11	48,45	46,7	270,26	-	373,79
Завтрак-Обед(5-11классы)								
98.23	Бутерброд с маслом с сыром 30/10/20	Завтрак	211,7	7,46	12,23	17,33	60	49,27
50.33	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	206,13	6,12	5,39	34,52	210	33,22
213.01	Топинг из ягод	Завтрак	21,44	0,03	0,04	5,45	30	8,25
83.41	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
527.01	Вафли	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	100	47,25
426	Хлеб подовый с отрубями	Завтрак	90,24	2,75	1,2	16,16	55	5,13
Итого (завтрак)			670,27	17,73	20,12	106,3	-	149,80
234	Огурец "Пикантный"	Обед	15,07	0,54	0,58	2,29	70	26,45
75.2	Суп картофельный с горохом с гречками (мясо)250/20	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	305	68,76
536	Соте из мяса с овощами	Обед	331,76	16,29	19,04	18,18	150	130,92
12.42	Рис припущенный	Обед	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
384.02	Компот из ягод	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	10,70
215	Яблоко св. 140=	Обед	77,89	0,64	0,64	18,56	160	26,77
177	Хлеб крестьянский с витаминами	Обед	131,27	4	1,73	23,5	50	4,23
481	Хлеб подовый чусовской	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
Итого (обед)			1 141,1	38,09	37,61	152,22	-	292,54
Итого			1 811,37	55,82	57,73	258,52	-	442,34
Комплекс (5-11классы)								
98.79	Бутерброд с сыром 20/25	Завтрак	20,35	1,55	0,86	5,73	45	35,07
536	Соте из мяса с овощами	Завтрак	221,17	10,86	12,69	12,12	100	87,28
12.42	Рис припущенный	Завтрак	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
83.41	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
515	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,01
Итого			708,3	22,63	22,36	99,3	-	176,94

№ рец.	Блюда	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс 10(5-11 классы)								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/20	Обед	196,88	6,66	7,11	29,89	280	29,94
536	Соте из мяса с овощами	Обед	331,76	16,29	19,04	18,18	150	103,87
12.42	Рис припущенный	Обед	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
384.02	Компот из ягод	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	10,70
515	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
177	Хлеб крестьянский с витаминами	Обед	105,01	3,2	1,39	18,8	40	3,43
Итого			1 029,04	34,13	36,17	133,65	-	192,84
Комплекс 9(5--11 классы)								
98.79	Бутерброд с сыром 20/25	Завтрак 2	20,35	1,55	0,86	5,73	45	35,07
536	Соте из мяса с овощами	Завтрак 2	221,17	10,86	12,69	12,12	100	87,28
12.42	Рис припущенный	Завтрак 2	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
83.41	Чай лимонный	Завтрак 2	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
515	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак 2	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,01
Итого			708,3	22,63	22,36	99,3	-	176,94
Комплекс(1-4классы)								
50.33	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	206,13	6,12	5,39	34,52	210	33,22
98.23	Бутерброд с маслом с сыром 30/10/20	Завтрак	211,7	7,46	12,23	17,33	60	49,27
213.01	Топинг из ягод	Завтрак	21,44	0,03	0,04	5,45	30	8,25
83.39	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	6,68
527.01	Вафли	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	100	47,25
180	Батон с отрубями	Завтрак	144,39	4,4	1,91	25,85	55	4,85
Итого			745,76	19,56	20,81	121,36	-	149,52
Комплекс1 (1-4классы)								
234	Огурец "Пикантный"	Обед	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/20	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	305	68,76
536	Соте из мяса с овощами	Обед	221,17	10,86	12,69	12,12	100	87,28
12.41	Рис припущенный	Обед	166,8	3,63	3,18	35,26	150	17,99
384.02	Компот из ягод	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	10,70
515	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
201	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	134,34	3,96	0,38	28,04	30	2,80
481	Хлеб подовый чусовской	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,10
Итого			948,99	29,35	25,92	153,57	-	224,27
Комплекс2 (5-11классы)								
98.79	Бутерброд с сыром 20/25	Завтрак	20,35	1,55	0,86	5,73	45	35,07
536	Соте из мяса с овощами	Завтрак	221,17	10,86	12,69	12,12	100	87,28
12.42	Рис припущенный	Завтрак	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
83.39	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	6,68
515	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,01
Итого			729,64	22,81	22,34	104,67	-	176,94
Комплекс3 (5-11классы)								
234	Огурец "Пикантный"	Обед	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,66
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/20	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	305	68,76
536	Соте из мяса с овощами	Обед	331,76	16,29	19,04	18,18	150	130,92
12.42	Рис припущенный	Обед	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
384.02	Компот из ягод	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	10,70
515	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
177	Хлеб крестьянский с витаминами	Обед	78,76	2,4	1,04	14,1	30	2,80
173	Хлеб подовый чусовской	Обед	48,34	1,65	0,3	10,42	25	1,66
Итого			1 071,94	35,69	36,89	142,53	-	265,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс4 (5-11классы)								
234	Огурец "Пикантный"	Обед	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,66
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/20	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	305	68,76
536	Соте из мяса с овощами	Обед	331,76	16,29	19,04	18,18	150	130,92
12.42	Рис припущенный	Обед	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
384.02	Компот из ягод	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	10,70
515	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
177	Хлеб крестьянский с витаминами	Обед	78,76	2,4	1,04	14,1	30	2,80
173	Хлеб подовый чусовской	Обед	48,34	1,65	0,3	10,42	25	1,66
Итого			1 071,94	35,69	36,89	142,53	-	265,40
Комплекс6 (10-11классы)								
67.97	Салат из капусты по- домашнему	Завтрак	101	1,4	6,1	9,1	100	19,79
19.65	Овощи паровые	Завтрак	128,27	3,16	5,31	15,12	180	53,85
416.03	Митболы из мяса на шпажке в сливочном соусе 100/50	Завтрак	176	10,25	9,53	11,63	150	68,82
507	Напиток из кураги	Завтрак	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
173	Хлеб подовый чусовской	Завтрак	116,02	3,96	0,72	25,02	60	4,57
4.23	Мандарин	Завтрак	48,68	0,4	0,4	11,6	100	26,29
Итого			658,16	19,89	22,09	95,71	-	185,00
Комплекс7 (10-11классы)								
310	Салат из моркови по-корейски	Завтрак	92	1,2	6,2	6,9	100	15,71
451	Сарацинское зерно с кукурузой (рис с кукурузой),	Завтрак	218,19	5,16	9,36	38,9	180	28,30
306	Шницель из мяса с болгарским перцем в слив соусе 1	Завтрак	216	16,3	11,4	12,9	150	98,59
53.68	Компот ассорти	Завтрак	45,64	0,19	0,07	11,58	200	24,83
174	Батон с отрубями	Завтрак	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
4.23	Мандарин	Завтрак	29,21	0,24	0,24	6,96	60	15,71
Итого			645,82	24,41	27,4	86,62	-	185,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	16.01.2026 15:38:36	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	16.01.2026 17:20:11	C0A9DBF7BAF2DBDDFB057EAA4129E5B17C06046A