

Меню на 26.01.2026

| Организованное питание   |                                                   |            |                    |          |         |             |          |              |
|--------------------------|---------------------------------------------------|------------|--------------------|----------|---------|-------------|----------|--------------|
| № рец.                   | Блюдо                                             | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, Р |
| Завтрак-Обед(1-4классы)  |                                                   |            |                    |          |         |             |          |              |
| 427                      | Кофейный напиток с молоком                        | Завтрак    | 96,37              | 3,14     | 3,21    | 14,39       | 200      | 16,54        |
| 423                      | Топинг из ягод                                    | Завтрак    | 21,44              | 0,03     | 0,04    | 5,45        | 30       | 15,57        |
| 98.23                    | Бутерброд с маслом и сыром 25/10/25               | Завтрак    | 167,57             | 6,05     | 8,01    | 17,28       | 60       | 53,83        |
| 179.04                   | Каша молочная Злаковый микс с маслом 200/10       | Завтрак    | 162,97             | 5,24     | 6,84    | 17,74       | 210      | 36,64        |
| 515                      | Батончик мюсли с фруктовой начинкой               | Завтрак    | 102,1              | 1,25     | 1,24    | 23,01       | 25       | 23,30        |
| 143                      | Хлеб крестьянский витаминный                      | Завтрак    | 79,61              | 2,35     | 0,27    | 16,68       | 40       | 3,73         |
| Итого (завтрак)          |                                                   |            | 630,06             | 18,06    | 19,61   | 94,55       | -        | 149,61       |
| 75.4                     | Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречками    | Обед       | 210,89             | 7,13     | 7,62    | 32,02       | 295      | 58,78        |
| 415                      | Митболы из мяса с отрубями с соусом сметанным том | Обед       | 270,5              | 11,13    | 15,65   | 12,57       | 130      | 90,21        |
| 523.12                   | Булгур отварной                                   | Обед       | 75,26              | 6,09     | 4,23    | 6,2         | 150      | 23,73        |
| 424                      | Напиток из кураги и изюма                         | Обед       | 88,19              | 0,72     | 0,03    | 23,24       | 200      | 11,68        |
| 4.23                     | Мандарин                                          | Обед       | 63,28              | 0,52     | 0,52    | 15,08       | 130      | 34,18        |
| 176                      | Батон с отрубями                                  | Обед       | 107,07             | 3,6      | 1,2     | 21,52       | 40       | 3,65         |
| 150                      | Хлеб подовый Чусовской                            | Обед       | 48,35              | 1,65     | 0,3     | 10,43       | 25       | 1,95         |
| Итого (обед)             |                                                   |            | 863,54             | 30,84    | 29,55   | 121,06      | -        | 224,18       |
| Итого                    |                                                   |            | 1 493,6            | 48,9     | 49,16   | 215,61      | -        | 373,79       |
| Завтрак-Обед(5-11классы) |                                                   |            |                    |          |         |             |          |              |
| 98.23                    | Бутерброд с маслом и сыром 25/10/35               | Завтрак    | 167,57             | 6,05     | 8,01    | 17,28       | 70       | 67,17        |
| 427                      | Кофейный напиток с молоком                        | Завтрак    | 96,37              | 3,14     | 3,21    | 14,39       | 200      | 16,54        |
| 423                      | Топинг из ягод                                    | Завтрак    | 21,44              | 0,03     | 0,04    | 5,45        | 30       | 15,50        |
| 43.71                    | Каша молочная"Злаковый микс" с маслом             | Завтрак    | 167,57             | 6,05     | 8,01    | 17,28       | 260      | 40,99        |
| 515                      | Батончик мюсли с фруктовой начинкой               | Завтрак    | 102,1              | 1,25     | 1,24    | 23,01       | 25       | 23,30        |
| 143                      | Хлеб крестьянский витаминный                      | Завтрак    | 89,56              | 2,64     | 0,3     | 18,76       | 45       | 4,16         |
| Итого (завтрак)          |                                                   |            | 644,61             | 19,16    | 20,81   | 96,17       | -        | 167,66       |
| 75.4                     | Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречками    | Обед       | 214,46             | 7,25     | 7,75    | 32,56       | 310      | 84,47        |
| 415                      | Митболы из мяса с отрубями с соусом сметанным том | Обед       | 270,5              | 11,13    | 15,65   | 12,57       | 130      | 90,21        |
| 425                      | Булгур отварной                                   | Обед       | 90,31              | 7,31     | 7,2     | 7,44        | 180      | 28,49        |
| 424                      | Напиток из кураги и изюма                         | Обед       | 88,19              | 0,72     | 0,03    | 23,24       | 200      | 11,68        |
| 4.23                     | Мандарин                                          | Обед       | 97,36              | 0,8      | 0,8     | 23,2        | 200      | 52,58        |
| 174                      | Батон с отрубями                                  | Обед       | 111,95             | 3,31     | 0,33    | 23,45       | 50       | 4,14         |
| 150                      | Хлеб подовый Чусовской                            | Обед       | 77,36              | 2,64     | 0,48    | 16,69       | 40       | 3,11         |
| Итого (обед)             |                                                   |            | 950,13             | 33,16    | 32,24   | 139,15      | -        | 274,68       |
| Итого                    |                                                   |            | 1 594,74           | 52,32    | 53,05   | 235,32      | -        | 442,34       |
| Комплекс (5-11классы)    |                                                   |            |                    |          |         |             |          |              |
| 234                      | Огурец "Пикантный"                                | Завтрак    | 7,54               | 0,27     | 0,29    | 1,14        | 35       | 13,22        |
| 415                      | Митболы из мяса с отрубями с соусом сметанным том | Завтрак    | 270,5              | 11,13    | 15,65   | 12,57       | 130      | 90,21        |
| 425                      | Булгур отварной                                   | Завтрак    | 90,31              | 7,31     | 7,2     | 7,44        | 180      | 28,49        |
| 83.12                    | Чай лимонный                                      | Завтрак    | 38,66              | 0,12     | 0,02    | 9,83        | 200      | 5,60         |
| 4.23                     | Мандарин                                          | Завтрак    | 63,28              | 0,52     | 0,52    | 15,08       | 130      | 34,18        |
| 151.01                   | Хлеб крестьянский витаминный                      | Завтрак    | 67,16              | 1,98     | 0,19    | 14,06       | 30       | 2,51         |
| 150                      | Хлеб подовый Чусовской                            | Завтрак    | 67,69              | 2,31     | 0,42    | 14,6        | 35       | 2,73         |
| Итого                    |                                                   |            | 605,14             | 23,64    | 24,29   | 74,72       | -        | 176,94       |
| Комплекс 10(5-11 классы) |                                                   |            |                    |          |         |             |          |              |
| 75.4                     | Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречками    | Обед       | 200,62             | 6,78     | 7,25    | 30,46       | 290      | 48,15        |
| 415                      | Митболы из мяса с отрубями с соусом сметанным том | Обед       | 270,5              | 11,13    | 15,65   | 12,57       | 130      | 66,64        |
| 425                      | Булгур отварной                                   | Обед       | 90,31              | 7,31     | 7,2     | 7,44        | 180      | 28,49        |
| 581                      | Чай с сахаром                                     | Обед       | 37,8               | 0,08     | 0,02    | 9,84        | 200      | 3,05         |
| 150                      | Хлеб подовый Чусовской                            | Обед       | 48,35              | 1,65     | 0,3     | 10,43       | 25       | 1,82         |
| 4.23                     | Мандарин                                          | Обед       | 82,76              | 0,68     | 0,68    | 19,72       | 170      | 44,69        |
| Итого                    |                                                   |            | 730,34             | 27,63    | 31,1    | 90,46       | -        | 192,84       |
| Комплекс 9(5--11 классы) |                                                   |            |                    |          |         |             |          |              |
| 297                      | Огурец "Пикантный"                                | Завтрак 2  | 7,52               | 0,27     | 0,29    | 1,15        | 35       | 13,22        |
| 415                      | Митболы из мяса с отрубями с соусом сметанным том | Завтрак 2  | 270,5              | 11,13    | 15,65   | 12,57       | 130      | 90,21        |
| 425                      | Булгур отварной                                   | Завтрак 2  | 90,31              | 7,31     | 7,2     | 7,44        | 180      | 28,49        |
| 83.12                    | Чай лимонный                                      | Завтрак 2  | 38,66              | 0,12     | 0,02    | 9,83        | 200      | 5,60         |
| 4.23                     | Мандарин                                          | Завтрак 2  | 63,28              | 0,52     | 0,52    | 15,08       | 130      | 34,18        |
| 151.01                   | Хлеб крестьянский витаминный                      | Завтрак 2  | 67,16              | 1,98     | 0,19    | 14,06       | 30       | 2,51         |
| 150                      | Хлеб подовый Чусовской                            | Завтрак 2  | 67,69              | 2,31     | 0,42    | 14,6        | 35       | 2,73         |
| Итого                    |                                                   |            | 605,12             | 23,64    | 24,29   | 74,73       | -        | 176,94       |

| № рец.              | Блюдо                                       | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, Р |
|---------------------|---------------------------------------------|------------|--------------------|----------|---------|-------------|----------|--------------|
| Комплекс(1-4классы) |                                             |            |                    |          |         |             |          |              |
| 427                 | Кофейный напиток с молоком                  | Завтрак    | 96,37              | 3,14     | 3,21    | 14,39       | 200      | 16,54        |
| 98.23               | Бутерброд с маслом и сыром 25/10/25         | Завтрак    | 167,57             | 6,05     | 8,01    | 17,28       | 60       | 53,83        |
| 179.04              | Каша молочная Злаковый микс с маслом 200/10 | Завтрак    | 162,97             | 5,24     | 6,84    | 17,74       | 210      | 36,64        |
| 423                 | Топинг из ягод                              | Завтрак    | 21,44              | 0,03     | 0,04    | 5,45        | 30       | 15,57        |
| 515                 | Батончик мюсли с фруктовой начинкой         | Завтрак    | 102,1              | 1,25     | 1,24    | 23,01       | 25       | 23,30        |
| 143                 | Хлеб крестьянский витаминный                | Завтрак    | 79,61              | 2,35     | 0,27    | 16,68       | 40       | 3,64         |
| Итого               |                                             |            | 630,06             | 18,06    | 19,61   | 94,55       | -        | 149,52       |

|                       |                                                   |      |        |       |       |        |     |        |
|-----------------------|---------------------------------------------------|------|--------|-------|-------|--------|-----|--------|
| Комплекс1 (1-4классы) |                                                   |      |        |       |       |        |     |        |
| 75.4                  | Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками    | Обед | 214,46 | 7,25  | 7,75  | 32,56  | 295 | 61,21  |
| 415                   | Митболы из мяса с отрубями с соусом сметанным том | Обед | 270,5  | 11,13 | 15,65 | 12,57  | 130 | 90,21  |
| 523.12                | Булгур отварной                                   | Обед | 75,26  | 6,09  | 4,23  | 6,2    | 150 | 23,73  |
| 424                   | Напиток из кураги и изюма                         | Обед | 88,19  | 0,72  | 0,03  | 23,24  | 200 | 11,68  |
| 4.23                  | Мандарин                                          | Обед | 63,28  | 0,52  | 0,52  | 15,08  | 130 | 34,18  |
| 176                   | Батон с отрубями                                  | Обед | 93,68  | 3,15  | 1,05  | 18,83  | 35  | 3,26   |
| Итого                 |                                                   |      | 805,37 | 28,86 | 29,23 | 108,48 | -   | 224,27 |

|                        |                                                   |         |        |       |       |       |     |        |
|------------------------|---------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|-------|-----|--------|
| Комплекс2 (5-11классы) |                                                   |         |        |       |       |       |     |        |
| 234                    | Огурец "Пикантный"                                | Завтрак | 7,54   | 0,27  | 0,29  | 1,14  | 35  | 13,22  |
| 415                    | Митболы из мяса с отрубями с соусом сметанным том | Завтрак | 270,5  | 11,13 | 15,65 | 12,57 | 130 | 90,21  |
| 425                    | Булгур отварной                                   | Завтрак | 90,31  | 7,31  | 7,2   | 7,44  | 180 | 28,49  |
| 83.12                  | Чай лимонный                                      | Завтрак | 38,66  | 0,12  | 0,02  | 9,83  | 200 | 5,60   |
| 4.23                   | Мандарин                                          | Завтрак | 63,28  | 0,52  | 0,52  | 15,08 | 130 | 34,18  |
| 151.01                 | Хлеб крестьянский витаминный                      | Завтрак | 67,16  | 1,98  | 0,19  | 14,06 | 30  | 2,51   |
| 150                    | Хлеб подовый Чусовской                            | Завтрак | 67,69  | 2,31  | 0,42  | 14,6  | 35  | 2,73   |
| Итого                  |                                                   |         | 605,14 | 23,64 | 24,29 | 74,72 | -   | 176,94 |

|                        |                                                   |      |        |       |       |        |     |        |
|------------------------|---------------------------------------------------|------|--------|-------|-------|--------|-----|--------|
| Комплекс3 (5-11классы) |                                                   |      |        |       |       |        |     |        |
| 245.17                 | Огурец "Пикантный"                                | Обед | 6,46   | 0,24  | 0,24  | 0,96   | 30  | 11,55  |
| 75.4                   | Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками    | Обед | 221,61 | 7,49  | 8,01  | 33,65  | 310 | 84,54  |
| 425                    | Булгур отварной                                   | Обед | 90,31  | 7,31  | 7,2   | 7,44   | 180 | 28,49  |
| 415                    | Митболы из мяса с отрубями с соусом сметанным том | Обед | 270,5  | 11,13 | 15,65 | 12,57  | 130 | 90,21  |
| 424                    | Напиток из кураги и изюма                         | Обед | 88,19  | 0,72  | 0,03  | 23,24  | 200 | 11,68  |
| 4.23                   | Мандарин                                          | Обед | 63,28  | 0,52  | 0,52  | 15,08  | 130 | 34,18  |
| 176                    | Батон с отрубями                                  | Обед | 80,3   | 2,7   | 0,9   | 16,14  | 30  | 2,80   |
| 82                     | Хлеб подовый чусовской                            | Обед | 48,34  | 1,65  | 0,3   | 10,43  | 25  | 1,95   |
| Итого                  |                                                   |      | 868,99 | 31,76 | 32,85 | 119,51 | -   | 265,40 |

|                        |                                                   |      |        |       |       |        |     |        |
|------------------------|---------------------------------------------------|------|--------|-------|-------|--------|-----|--------|
| Комплекс4 (5-11классы) |                                                   |      |        |       |       |        |     |        |
| 245.17                 | Огурец "Пикантный"                                | Обед | 6,46   | 0,24  | 0,24  | 0,96   | 30  | 11,55  |
| 75.4                   | Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками    | Обед | 221,61 | 7,49  | 8,01  | 33,65  | 310 | 84,54  |
| 415                    | Митболы из мяса с отрубями с соусом сметанным том | Обед | 270,5  | 11,13 | 15,65 | 12,57  | 130 | 90,21  |
| 425                    | Булгур отварной                                   | Обед | 90,31  | 7,31  | 7,2   | 7,44   | 180 | 28,49  |
| 424                    | Напиток из кураги и изюма                         | Обед | 88,19  | 0,72  | 0,03  | 23,24  | 200 | 11,68  |
| 4.23                   | Мандарин                                          | Обед | 63,28  | 0,52  | 0,52  | 15,08  | 130 | 34,18  |
| 176                    | Батон с отрубями                                  | Обед | 80,3   | 2,7   | 0,9   | 16,14  | 30  | 2,80   |
| 82                     | Хлеб подовый чусовской                            | Обед | 48,34  | 1,65  | 0,3   | 10,43  | 25  | 1,95   |
| Итого                  |                                                   |      | 868,99 | 31,76 | 32,85 | 119,51 | -   | 265,40 |

|                         |                              |         |        |       |       |        |     |        |
|-------------------------|------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|-----|--------|
| Комплекс5 (10-11классы) |                              |         |        |       |       |        |     |        |
| 43.64                   | Салат Коул-Сло               | Завтрак | 100    | 1,05  | 6     | 9,6    | 100 | 14,88  |
| 46.72                   | Гречневая пазля              | Завтрак | 319,5  | 10,35 | 8,2   | 34,51  | 180 | 26,81  |
| 35.98                   | Мясо тушеное с черносливом   | Завтрак | 220,73 | 6,36  | 6,57  | 38,87  | 100 | 80,40  |
| 308                     | Ягодный микс                 | Завтрак | 87,6   | 1,02  | 0,06  | 19,76  | 200 | 17,48  |
| 4.23                    | Мандарин                     | Завтрак | 73,02  | 0,6   | 0,6   | 17,4   | 150 | 39,44  |
| 171                     | Хлеб крестьянский витаминный | Завтрак | 77,36  | 2,64  | 0,48  | 16,69  | 40  | 3,66   |
| 176                     | Батон с отрубями             | Завтрак | 66,92  | 2,25  | 0,75  | 13,45  | 25  | 2,33   |
| Итого                   |                              |         | 945,13 | 24,27 | 22,66 | 150,28 | -   | 185,00 |

|                         |                              |         |        |       |       |       |     |        |
|-------------------------|------------------------------|---------|--------|-------|-------|-------|-----|--------|
| Комплекс7 (10-11классы) |                              |         |        |       |       |       |     |        |
| 43.65                   | Салат "Лето на тарелке"      | Завтрак | 61     | 1,5   | 4,1   | 4,2   | 100 | 29,40  |
| 523.03                  | Булгур отварной              | Завтрак | 90,31  | 7,31  | 7,2   | 7,44  | 180 | 26,86  |
| 416.03                  | Шницель из мяса с отрубями   | Завтрак | 190,03 | 10,64 | 13,02 | 12,56 | 100 | 83,00  |
| 54.19                   | УрикШарбат                   | Завтрак | 88,19  | 0,72  | 0,03  | 21,09 | 200 | 11,68  |
| 4.23                    | Мандарин                     | Завтрак | 48,68  | 0,4   | 0,4   | 11,6  | 100 | 26,29  |
| 171                     | Хлеб крестьянский витаминный | Завтрак | 96,7   | 3,3   | 0,6   | 20,86 | 50  | 4,66   |
| 150                     | Хлеб подовый Чусовской       | Завтрак | 77,36  | 2,64  | 0,48  | 16,69 | 40  | 3,11   |
| Итого                   |                              |         | 652,27 | 26,51 | 25,83 | 94,44 | -   | 185,00 |

|                     |                            |                      |                                           |
|---------------------|----------------------------|----------------------|-------------------------------------------|
| ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ |                            |                      |                                           |
| Организация         | ФИО                        | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
| ООО "ШБС №11"       | ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА | 26.01.2026 09:40:53  | FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167  |