

## Меню на 10.03.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>Завтрак-Обед(1-4классы)</b>								
579	Паста Триколлини	Завтрак	183,94	5,3	2,98	30,11	150	24,21
21.77	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	258,87	14,61	15,83	15,11	130	59,48
581	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
576	Банан	Завтрак	64,91	0,53	0,53	15,47	200	59,75
180	Батон с отрубями	Завтрак	78,76	2,4	1,04	14,1	30	2,67
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>624,28</b>	<b>22,92</b>	<b>20,4</b>	<b>84,63</b>	-	<b>149,16</b>
6	Хлеб ржаной	Обед	72,53	2,48	0,45	15,65	45	3,50
459	Напиток ягодный драйв	Обед	47,69	0,16	0,04	12,2	200	24,02
454	Рыба, запеченная под молочным соусом	Обед	201,5	12,05	12,63	9,74	100	82,06
471	Салат из квашеной капусты	Обед	18,5	0,64	0,48	2,88	60	14,69
464	Борщ с мясом со сметаной 250/20/10	Обед	131,4	2,18	5,47	17,26	290	69,61
642	Пюре картофельное	Обед	132,6	3,11	3,67	22,07	150	30,75
<b>Итого (обед)</b>			<b>604,22</b>	<b>20,62</b>	<b>22,74</b>	<b>79,8</b>	-	<b>224,63</b>
<b>Итого</b>			<b>1 228,5</b>	<b>43,54</b>	<b>43,14</b>	<b>164,43</b>	-	<b>373,79</b>
<b>Завтрак-Обед(5-11классы)</b>								
576	Банан	Завтрак	81,13	0,67	0,67	19,33	250	74,69
151.01	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,16	1,98	0,19	14,06	30	2,80
8.4	Паста Триколлини	Завтрак	183,94	5,3	2,98	30,11	180	29,17
21.79	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	100	53,94
581	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
6.89	Хлеб ржаной	Завтрак	34,54	1,18	0,36	5,96	25	1,95
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>603,7</b>	<b>20,45</b>	<b>16,4</b>	<b>90,92</b>	-	<b>165,60</b>
656	Оладьи с яблоком и морковью 60	Обед	176,1	5,03	5,3	9,06	60	38,24
459	Напиток ягодный драйв	Обед	47,69	0,16	0,04	12,2	200	24,02
388	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,92
454	Рыба, запеченная под молочным соусом	Обед	201,5	12,05	12,63	9,74	100	82,06
173	Хлеб подовый чувской	Обед	38,67	1,32	0,24	8,34	20	1,55
176	Батон с отрубями	Обед	53,53	1,8	0,6	10,76	20	1,86
471	Салат из квашеной капусты	Обед	18,5	0,64	0,48	2,88	60	14,70
458	Борщ с мясом свин со сметаной	Обед	131,4	2,18	5,47	17,26	295	77,39
<b>Итого (обед)</b>			<b>826,49</b>	<b>26,91</b>	<b>29,16</b>	<b>96,73</b>	-	<b>276,74</b>
<b>Итого</b>			<b>1 430,19</b>	<b>47,36</b>	<b>45,56</b>	<b>187,65</b>	-	<b>442,34</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>Комплекс (5-11классы)</b>								
457	Пюре картофельное	Завтрак	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,92
454	Рыба, запеченная под молочным соусом	Завтрак	201,5	12,05	12,63	9,74	100	83,98
378	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	100,76	2,97	0,3	21,11	45	4,19
656	Оладьи с яблоком и морковью 60	Завтрак	176,1	5,03	5,3	9,06	60	38,24
173	Хлеб подовый чусовской	Завтрак	96,68	3,3	0,6	20,85	50	3,85
<b>Итого</b>			<b>789,88</b>	<b>27,32</b>	<b>23,33</b>	<b>101,85</b>	-	<b>176,94</b>
<b>Комплекс 10(5-11 классы)</b>								
458	Борщ с мясом свин со сметаной	Обед	122,49	2,03	5,1	16,09	275	43,23
388	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,92
454	Рыба, запеченная под молочным соусом	Обед	201,5	12,05	12,63	9,74	100	82,06
459	Напиток ягодный драйв	Обед	47,69	0,16	0,04	12,2	200	24,02
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,04
180	Батон с отрубями	Обед	105,01	3,2	1,39	18,8	40	3,57
<b>Итого</b>			<b>714,16</b>	<b>23,48</b>	<b>23,79</b>	<b>99,74</b>	-	<b>192,84</b>
<b>Комплекс 9(5--11 классы)</b>								
457	Пюре картофельное	Завтрак 2	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,92
454	Рыба, запеченная под молочным соусом	Завтрак 2	201,5	12,05	12,63	9,74	100	83,98
378	Напиток из шиповника	Завтрак 2	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	100,76	2,97	0,3	21,11	45	4,19
656	Оладьи с яблоком и морковью 60	Завтрак 2	176,1	5,03	5,3	9,06	60	38,24
173	Хлеб подовый чусовской	Завтрак 2	96,68	3,3	0,6	20,85	50	3,85
<b>Итого</b>			<b>789,88</b>	<b>27,32</b>	<b>23,33</b>	<b>101,85</b>	-	<b>176,94</b>
<b>Комплекс(1-4классы)</b>								
579	Паста Триколлини	Завтрак	183,94	5,3	2,98	30,11	150	24,21
21.77	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	100	44,98
581	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
576	Банан	Завтрак	81,13	0,67	0,67	19,33	250	74,69
180	Батон с отрубями	Завтрак	78,76	2,4	1,04	14,1	30	2,59
<b>Итого</b>			<b>580,76</b>	<b>19,69</b>	<b>16,89</b>	<b>85</b>	-	<b>149,52</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>Комплекс1 (1-4классы)</b>								
471	Салат из квашеной капусты	Обед	18,5	0,64	0,48	2,88	60	14,69
464	Борщ с мясом со сметаной 250/20/10	Обед	131,4	2,18	5,47	17,26	290	69,61
642	Пюре картофельное	Обед	132,6	3,11	3,67	22,07	150	30,75
454	Рыба, запеченная под молочным соусом	Обед	201,5	12,05	12,63	9,74	100	82,06
459	Напиток ягодный драйв	Обед	47,69	0,16	0,04	12,2	200	24,05
173	Хлеб подовый чусовской	Обед	77,35	2,64	0,48	16,68	40	3,11
<b>Итого</b>			<b>609,04</b>	<b>20,78</b>	<b>22,77</b>	<b>80,83</b>	-	<b>224,27</b>
<b>Комплекс2 (5-11классы)</b>								
457	Пюре картофельное	Завтрак	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,92
454	Рыба, запеченная под молочным соусом	Завтрак	201,5	12,05	12,63	9,74	100	83,98
378	Напиток из шиповника	Завтрак	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	100,76	2,97	0,3	21,11	45	4,19
656	Оладьи с яблоком и морковью 60	Завтрак	176,1	5,03	5,3	9,06	60	38,24
173	Хлеб подовый чусовской	Завтрак	96,68	3,3	0,6	20,85	50	3,85
<b>Итого</b>			<b>789,88</b>	<b>27,32</b>	<b>23,33</b>	<b>101,85</b>	-	<b>176,94</b>
<b>Комплекс3 (5-11классы)</b>								
458	Борщ с мясом свин со сметаной	Обед	131,4	2,18	5,47	17,26	295	77,39
388	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,92
454	Рыба, запеченная под молочным соусом	Обед	201,5	12,05	12,63	9,74	100	82,06
459	Напиток ягодный драйв	Обед	47,69	0,16	0,04	12,2	200	24,02
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,04
656	Оладьи с яблоком и морковью 60	Обед	176,1	5,03	5,3	9,06	60	38,24
180	Батон с отрубями	Обед	105,01	3,2	1,39	18,8	40	3,73
<b>Итого</b>			<b>899,17</b>	<b>28,66</b>	<b>29,46</b>	<b>109,97</b>	-	<b>265,40</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>Комплекс4 (5-11классы)</b>								
458	Борщ с мясом свин со сметаной	Обед	131,4	2,18	5,47	17,26	295	77,39
457	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,92
454	Рыба, запеченная под молочным соусом	Обед	201,5	12,05	12,63	9,74	100	82,06
459	Напиток ягодный драйв	Обед	47,69	0,16	0,04	12,2	200	24,02
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,04
656	Оладьи с яблоком и морковью 60	Обед	176,1	5,03	5,3	9,06	60	38,24
180	Батон с отрубями	Обед	105,01	3,2	1,39	18,8	40	3,73
<b>Итого</b>			<b>899,17</b>	<b>28,66</b>	<b>29,46</b>	<b>109,97</b>	-	<b>265,40</b>

<b>Комплекс6 (10-11классы)</b>								
446	Салат Куптун	Завтрак	127,72	1,2	9,89	8,47	100	22,81
472.08	Картофельный креп 180	Завтрак	165,89	3,7	569	12,55	180	36,46
266.01	Рыба по-царски (рыба с томатами под сырной корочко	Завтрак	155,45	13,82	7,36	19,57	100	99,38
357	Ароматные вершины (чай черный таежный пакетированн	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	7,64
34.97	Булочка с изюмом	Завтрак	50	1,5	2,5	14,5	50	12,72
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,26
150	Хлеб подовый Чусовской	Завтрак	67,69	2,31	0,42	14,6	35	2,73
<b>Итого</b>			<b>682,92</b>	<b>24,92</b>	<b>589,42</b>	<b>95,91</b>	-	<b>185,00</b>

<b>Комплекс7 (10-11классы)</b>								
310	Салат из моркови по-корейски	Завтрак	92	1,2	6,2	6,9	100	15,71
307	Сарацинское зерно с овощами	Завтрак	236,1	4,35	5,57	43,7	180	26,51
450	Орли с соусом Бешамель	Завтрак	208,64	11,57	5,18	11,75	120	114,62
154	Альпийский луг (чай зеленый пакетированный с сахар	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	9,75
34.97	Булочка с изюмом	Завтрак	50	1,5	2,5	14,5	50	12,72
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,2	14,07	30	3,26
150	Хлеб подовый Чусовской	Завтрак	48,35	1,65	0,3	10,43	25	2,43
<b>Итого</b>			<b>740,06</b>	<b>22,33</b>	<b>19,97</b>	<b>111,15</b>	-	<b>185,00</b>

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	06.03.2026 11:15:52	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	06.03.2026 16:35:46	C0A9DBF7BAF2DBDDFB057EAA4129E5B17C06046A

## Меню на 10.03.2026

## СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>Закуски</b>								
310	Салат из моркови по-корейски	-	92	1,2	6,2	6,9	100	15,71
446	Салат Куптун	-	127,72	1,2	9,89	8,47	100	22,81
471	Салат из квашеной капусты	-	18,5	0,64	0,48	2,88	60	14,69
<b>Гарниры</b>								
8.4	Паста Триколлини	-	183,94	5,3	2,98	30,11	180	29,17
307	Сарацинское зерно с овощами	-	236,1	4,35	5,57	43,7	180	26,51
457	Пюре картофельное	-	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,92
<b>Блюда из рыбы</b>								
266.01	Рыба по-царски (рыба с томатами под сырной корочкой)	-	155,45	13,82	7,36	19,57	65/35	99,38
450	Орли с соусом Бешамель	-	208,64	11,57	5,18	11,75	70/50	114,62
454	Рыба, запеченная под молочным соусом	-	201,5	12,05	12,63	9,74	100	83,98
<b>Блюда из мяса</b>								
21.77	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	-	199,13	11,24	12,18	11,62	50/50	44,98
<b>Напитки</b>								
357	Ароматные вершины (чай черный таежный пакетированный)	-	37,8	0,08	0,02	9,8	200	7,64
378	Напиток из шиповника	-	55,74	0,24	0,1	14,6	200	9,76
459	Напиток ягодный драйв	-	47,69	0,16	0,04	12,2	200	24,05
581	Чай с сахаром	-	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
<b>Мучные изделия</b>								
34.97	Булочка с изюмом	-	50	1,5	2,5	14,5	50	12,72
656	Оладьи с яблоком и морковью 60	-	176,1	5,03	5,3	9,06	60	38,24

## ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	06.03.2026 11:15:52	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 167	Ольшевская Татьяна Юрьевна	06.03.2026 16:35:46	C0A9DBF7BAF2DBDDFB057EAA4129E5B17C06046A