

Меню на 22.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак 1-4 1 смена								
245/1	Огурец "Пикантный"	Завтрак	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
-	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	194,97	10,03	12,6	11,29	100	75,09
-	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	16,88
628	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	49,23	1,5	0,65	8,81	25	2,28
Итого			472,4	17,14	16,5	65,03	-	108,64
Завтрак 5-11 дотация								
403	Плов из мяса с томатом и куркумой 250	Завтрак	331,56	18,5	12,64	45,89	250	88,25
628	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
-	Язычек слоеный	Завтрак	67,5	2,9	9,9	23,4	50	35,85
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	20	1,41
Итого			476,24	22,68	23,08	86,18	-	128,56
Завтрак 5-11 родительские								
403	Плов из мяса с томатом и куркумой 250	Завтрак	331,56	18,5	12,64	45,89	250	88,25
628	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
-	Язычек слоеный	Завтрак	67,5	2,9	9,9	23,4	50	35,85
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	20	1,41
Итого			476,24	22,68	23,08	86,18	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс 1								
245/1	Огурец "Пикантный"	Завтрак	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
-	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	194,97	10,03	12,6	11,29	100	75,09
-	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	16,88
628	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	49,23	1,5	0,65	8,81	25	2,28
Итого (завтрак)			472,4	17,14	16,5	65,03	-	108,64
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/5/10	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	265	27,28
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	353,3	14,8	16,51	36,71	200	81,76
289	Компот из кураги и изюма 200г	Обед	87,6	1,02	0,06	23,18	200	11,20
-	Язычек слоеный	Обед	67,5	2,9	9,9	23,4	50	35,85
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
-	Хлеб подовый с отрубями	Обед	105,01	3,2	1,39	18,8	40	3,13
Итого (обед)			828,87	27,72	35,65	134	-	162,95
Итого			1 301,27	44,86	52,15	199,03	-	271,59
Комплекс 2								
245/1	Огурец "Пикантный"	Завтрак	5,38	0,19	0,21	0,82	25	9,44
-	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	194,97	10,03	12,6	11,29	100	75,09
-	Макароны отварные	Завтрак	220,73	6,36	5,57	40,93	180	20,21
628	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	52,24	1,54	0,15	8,71	30	2,80
Итого (завтрак)			511,12	18,2	18,55	71,59	-	110,59
-	Помидор свежий пикантный	Обед	6,17	0,21	0,18	0,96	20	7,54
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	290	63,90
403	Плов из мяса с томатом и куркумой 250	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	88,25
289	Компот из кураги и изюма 200г	Обед	87,6	1,02	0,06	23,18	200	11,20
-	Язычек слоеный	Обед	67,5	2,9	9,9	23,4	50	35,85
-	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,07
Итого (обед)			719,49	28,76	30,61	127,69	-	210,81
Итого			1 230,61	46,96	49,16	199,28	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Обед 1-4 2 смена								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/5/10	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	265	27,28
403	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	353,3	14,8	16,51	36,71	200	81,76
289	Компот из кураги и изюма 200г	Обед	87,6	1,02	0,06	23,18	200	11,20
-	Язычек слоеный	Обед	67,5	2,9	9,9	23,4	50	35,85
-	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
-	Хлеб подовый с отрубями	Обед	105,01	3,2	1,39	18,8	40	3,13
Итого			828,87	27,72	35,65	134	-	162,95

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	20.10.2025 12:46:11	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 136	Шершнева Лариса Геннадьевна	20.10.2025 13:45:56	B43BA6808DD2E246EC82D73F982DB87EDFC6D5C6