

## Меню на 03.12.2025

## ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

| № рец.                           | Блюдо                        | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г  | Выход, г | Стоимость, Р  |
|----------------------------------|------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|--------------|----------|---------------|
| <b>Завтрак 1-4 1 смена</b>       |                              |            |                    |              |              |              |          |               |
| 126.71                           | Помидор Пикантный            | Завтрак    | 18                 | 0,4          | 0,5          | 1,08         | 60       | 23,10         |
| 63.5                             | Плов из филе кур 50/150      | Завтрак    | 359,34             | 13,32        | 15,07        | 38,33        | 200      | 75,51         |
| 83.34                            | Чай лимонный                 | Завтрак    | 60                 | 0,3          | 0,01         | 15,2         | 200      | 5,60          |
| 143                              | Хлеб крестьянский витаминный | Завтрак    | 87,07              | 2,57         | 0,24         | 14,52        | 50       | 4,43          |
| <b>Итого</b>                     |                              |            | <b>524,41</b>      | <b>16,59</b> | <b>15,82</b> | <b>69,13</b> | -        | <b>108,64</b> |
| <b>Завтрак 5-11 дотация</b>      |                              |            |                    |              |              |              |          |               |
| 466.16                           | Чиполетти из мяса            | Завтрак    | 221,17             | 10,89        | 11,57        | 9,74         | 100      | 64,01         |
| 14.2                             | Макароны отварные с сыром    | Завтрак    | 223,05             | 8,01         | 5,61         | 35,11        | 180      | 41,76         |
| 4.3                              | Яблоко свежее                | Завтрак    | 48,68              | 0,4          | 0,4          | 11,6         | 100      | 16,73         |
| 628.17                           | Чай с сахаром                | Завтрак    | 37,8               | 0,08         | 0,02         | 9,84         | 200      | 3,05          |
| 174                              | Батон с отрубями             | Завтрак    | 78,37              | 2,32         | 0,23         | 16,42        | 35       | 3,01          |
| <b>Итого</b>                     |                              |            | <b>609,07</b>      | <b>21,7</b>  | <b>17,83</b> | <b>82,71</b> | -        | <b>128,56</b> |
| <b>Завтрак 5-11 родительские</b> |                              |            |                    |              |              |              |          |               |
| 466.16                           | Чиполетти из мяса            | Завтрак    | 221,17             | 10,89        | 11,57        | 9,74         | 100      | 64,01         |
| 14.2                             | Макароны отварные с сыром    | Завтрак    | 223,05             | 8,01         | 5,61         | 35,11        | 180      | 41,76         |
| 4.3                              | Яблоко свежее                | Завтрак    | 48,68              | 0,4          | 0,4          | 11,6         | 100      | 16,73         |
| 628.17                           | Чай с сахаром                | Завтрак    | 37,8               | 0,08         | 0,02         | 9,84         | 200      | 3,05          |
| 174                              | Батон с отрубями             | Завтрак    | 78,37              | 2,32         | 0,23         | 16,42        | 35       | 3,01          |
| <b>Итого</b>                     |                              |            | <b>609,07</b>      | <b>21,7</b>  | <b>17,83</b> | <b>82,71</b> | -        | <b>128,56</b> |

| № рец.                 | Блюдо                                              | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г  | Стоимость, р  |
|------------------------|----------------------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|-----------|---------------|
| <b>Комплекс 1</b>      |                                                    |            |                    |              |              |               |           |               |
| 126.71                 | Помидор Пикантный                                  | Завтрак    | 18                 |              |              |               |           |               |
| 63.5                   | Плов из филе кур 50/150                            | Завтрак    | 359,34             | 0,4          | 0,5          | 1,08          | 60        | 23,10         |
| 83.34                  | Чай лимонный                                       | Завтрак    | 60                 | 13,32        | 15,07        | 38,33         | 200       | 75,51         |
| 200                    | Хлеб подовый чусовской                             | Завтрак    | 96,69              | 0,3          | 0,01         | 15,2          | 200       | 5,60          |
| <b>Итого (завтрак)</b> |                                                    |            | <b>534,03</b>      | <b>3,3</b>   | <b>0,6</b>   | <b>20,85</b>  | <b>50</b> | <b>3,88</b>   |
| 65.24                  | Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной 250/5 | Обед       | 141,17             | <b>17,32</b> | <b>16,18</b> | <b>75,46</b>  | -         | <b>108,09</b> |
| 466.16                 | Чиполетти из мяса                                  | Обед       | 221,17             | 5,46         | 6,42         | 18,77         | 265       | 28,79         |
| 14.19                  | Макароны отварные с сыром                          | Обед       | 185,9              | 10,89        | 11,57        | 9,74          | 100       | 64,01         |
| 92.92                  | Компот из яблок с сухофруктами                     | Обед       | 68,79              | 6,67         | 4,68         | 29,26         | 150       | 34,93         |
| 4.3                    | Яблоко свежее                                      | Обед       | 48,68              | 0,41         | 0,17         | 17,65         | 200       | 10,08         |
| 170                    | Хлеб крестьянский витаминный                       | Обед       | 118,14             | 0,4          | 0,4          | 11,6          | 100       | 16,73         |
| 173                    | Хлеб подовый чусовской                             | Обед       | 87,02              | 3,6          | 1,56         | 21,15         | 60        | 5,46          |
| <b>Итого (обед)</b>    |                                                    |            | <b>870,87</b>      | <b>2,97</b>  | <b>0,54</b>  | <b>18,77</b>  | <b>45</b> | <b>3,50</b>   |
| <b>Итого</b>           |                                                    |            | <b>1 404,9</b>     | <b>30,4</b>  | <b>25,34</b> | <b>126,94</b> | -         | <b>163,50</b> |
| <b>Комплекс 2</b>      |                                                    |            |                    |              |              |               |           |               |
| 245.14                 | Огурец "Пикантный"                                 | Завтрак    | 15,42              | <b>47,72</b> | <b>41,52</b> | <b>202,4</b>  | -         | <b>271,59</b> |
| 63.5                   | Плов из филе кур 50/200                            | Завтрак    | 449,18             | 0,53         | 0,45         | 2,4           | 50        | 19,24         |
| 83.34                  | Чай лимонный                                       | Завтрак    | 60                 | 16,65        | 18,84        | 47,91         | 250       | 80,01         |
| 173                    | Хлеб подовый чусовской                             | Завтрак    | 58,01              | 0,3          | 0,01         | 15,2          | 200       | 5,60          |
| <b>Итого (завтрак)</b> |                                                    |            | <b>582,61</b>      | <b>1,98</b>  | <b>0,36</b>  | <b>12,51</b>  | <b>30</b> | <b>2,33</b>   |
| 65.38                  | Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной       | Обед       | 104,9              | <b>19,46</b> | <b>19,66</b> | <b>78,02</b>  | -         | <b>107,18</b> |
| 466.16                 | Чиполетти из мяса                                  | Обед       | 221,17             | 10,54        | 14,63        | 15,02         | 290       | 65,95         |
| 14.2                   | Макароны отварные с сыром                          | Обед       | 223,05             | 10,89        | 11,57        | 9,74          | 100       | 64,01         |
| 92.92                  | Компот из яблок с сухофруктами                     | Обед       | 68,79              | 8,01         | 5,61         | 35,11         | 180       | 41,76         |
| 4.3                    | Яблоко свежее                                      | Обед       | 48,68              | 0,41         | 0,17         | 17,65         | 200       | 10,08         |
| 126.77                 | Помидор свежий пикантный                           | Обед       | 9,25               | 0,4          | 0,4          | 11,6          | 100       | 16,73         |
| 170                    | Хлеб крестьянский витаминный                       | Обед       | 88,61              | 0,32         | 0,27         | 1,44          | 30        | 11,55         |
| <b>Итого (обед)</b>    |                                                    |            | <b>764,45</b>      | <b>2,7</b>   | <b>1,17</b>  | <b>15,86</b>  | <b>45</b> | <b>4,14</b>   |
| <b>Итого</b>           |                                                    |            | <b>1 347,06</b>    | <b>33,27</b> | <b>33,82</b> | <b>106,42</b> | -         | <b>214,22</b> |
|                        |                                                    |            |                    | <b>52,73</b> | <b>53,48</b> | <b>184,44</b> | -         | <b>321,40</b> |

| № рец.                  | Блюдо                                              | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г | Стоимость, Р  |
|-------------------------|----------------------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| <b>Обед 1-4 2 смена</b> |                                                    |            |                    |              |              |               |          |               |
| 65.24                   | Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной 250/5 | Обед       | 141,17             | 5,46         | 6,42         | 18,77         | 265      | 28,79         |
| 466.16                  | Чиполетти из мяса                                  | Обед       | 221,17             | 10,89        | 11,57        | 9,74          | 100      | 64,01         |
| 14.19                   | Макароны отварные с сыром                          | Обед       | 185,9              | 6,67         | 4,68         | 29,26         | 150      | 34,93         |
| 92.92                   | Компот из яблок с сухофруктами                     | Обед       | 68,79              | 0,41         | 0,17         | 17,65         | 200      | 10,08         |
| 4.3                     | Яблоко свежее                                      | Обед       | 48,68              | 0,4          | 0,4          | 11,6          | 100      | 16,73         |
| 170                     | Хлеб крестьянский витаминный                       | Обед       | 98,45              | 3            | 1,3          | 17,63         | 50       | 4,66          |
| 204                     | Хлеб подовый чусовской                             | Обед       | 82,87              | 2,83         | 0,51         | 17,87         | 50       | 3,75          |
| <b>Итого</b>            |                                                    |            | <b>847,03</b>      | <b>29,66</b> | <b>25,05</b> | <b>122,52</b> | -        | <b>162,95</b> |

#### ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

| Организация    | ФИО                         | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
|----------------|-----------------------------|----------------------|-------------------------------------------|
| ООО "ШБС №11"  | ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА  | 28.11.2025 13:07:35  | FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167  |
| МАОУ СОШ № 136 | Шершнева Лариса Геннадьевна | 28.11.2025 14:55:44  | B43BA6808DD2E246EC82D73F982DB87EDFC6D5C6  |