

## Меню на 19.03.2026

## 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>       |                                     |            |                    |              |              |              |          |               |
| 120.22                           | Омлет натуральный с маслом 150/5    | Завтрак    | 247,17             | 11,64        | 16,84        | 10,62        | 155      | 78,98         |
| 575                              | Йогурт 125гр                        | Завтрак    | 138,12             | 4,13         | 1,88         | 28,55        | 125      | 36,33         |
| 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         |
| 151.01                           | Хлеб крестьянский витаминный        | Завтрак    | 111,94             | 3,3          | 0,32         | 23,44        | 50       | 4,23          |
| <b>Итого</b>                     |                                     |            | <b>637,99</b>      | <b>20,44</b> | <b>20,3</b>  | <b>95,45</b> | -        | <b>149,52</b> |
| <b>Завтрак 5-11 дотация</b>      |                                     |            |                    |              |              |              |          |               |
| 625.02                           | Чахохбили из мяса инд 80/20         | Завтрак    | 192,8              | 11,64        | 14,42        | 7,44         | 100      | 142,15        |
| 8.67                             | Паста Ригате                        | Завтрак    | 220,73             | 6,36         | 5,57         | 40,93        | 180      | 29,17         |
| 85.33                            | Чай с сахаром                       | Завтрак    | 53,96              | 0,18         | 0,02         | 13,96        | 200      | 3,05          |
| 143                              | Хлеб крестьянский витаминный        | Завтрак    | 59,71              | 1,76         | 0,2          | 12,51        | 30       | 2,57          |
| <b>Итого</b>                     |                                     |            | <b>527,2</b>       | <b>19,94</b> | <b>20,21</b> | <b>74,84</b> | -        | <b>176,94</b> |
| <b>Завтрак 5-11 родительские</b> |                                     |            |                    |              |              |              |          |               |
| 625.02                           | Чахохбили из мяса инд 80/20         | Завтрак    | 192,8              | 11,64        | 14,42        | 7,44         | 100      | 142,15        |
| 8.4                              | Паста Триколлини                    | Завтрак    | 183,94             | 5,3          | 2,98         | 30,11        | 180      | 29,17         |
| 85.33                            | Чай с сахаром                       | Завтрак    | 53,96              | 0,18         | 0,02         | 13,96        | 200      | 3,05          |
| 143                              | Хлеб крестьянский витаминный        | Завтрак    | 59,71              | 1,76         | 0,2          | 12,51        | 30       | 2,57          |
| <b>Итого</b>                     |                                     |            | <b>490,41</b>      | <b>18,88</b> | <b>17,62</b> | <b>64,02</b> | -        | <b>176,94</b> |

| № рец.                 | Блюдо                                | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г | Стоимость, Р  |
|------------------------|--------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| <b>Комплекс 1</b>      |                                      |            |                    |              |              |               |          |               |
| 120.22                 | Омлет натуральный с маслом 150/5     | Завтрак    | 247,17             | 11,64        | 16,84        | 10,62         | 155      | 78,98         |
| 575                    | Йогурт 125гр                         | Завтрак    | 138,12             | 4,13         | 1,88         | 28,55         | 125      | 36,33         |
| 558                    | 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         |
| 143                    | Хлеб крестьянский витаминный         | Завтрак    | 49,76              | 1,47         | 0,17         | 10,42         | 25       | 2,33          |
| <b>Итого (завтрак)</b> |                                      |            | <b>575,81</b>      | <b>18,61</b> | <b>20,15</b> | <b>82,43</b>  | -        | <b>147,62</b> |
| 550                    | Суп-пюре из овощей с гречками 250/20 | Обед       | 161,51             | 4,92         | 6,15         | 24,65         | 270      | 28,18         |
| 625.02                 | Чахохбили из мяса инд 80/20          | Обед       | 192,8              | 11,64        | 14,42        | 7,44          | 100      | 142,15        |
| 579                    | Паста Триколлини                     | Обед       | 183,94             | 5,3          | 2,98         | 30,11         | 150      | 24,21         |
| 85.33                  | Чай с сахаром                        | Обед       | 53,96              | 0,18         | 0,02         | 13,96         | 200      | 3,05          |
| 4                      | Яблоко                               | Обед       | 28,02              | 0,6          | 0,6          | 14,7          | 150      | 25,10         |
| 150                    | Хлеб подовый Чусовской               | Обед       | 87,03              | 2,97         | 0,54         | 18,77         | 45       | 3,48          |
| <b>Итого (обед)</b>    |                                      |            | <b>707,26</b>      | <b>25,61</b> | <b>24,71</b> | <b>109,63</b> | -        | <b>226,17</b> |
| <b>Итого</b>           |                                      |            | <b>1 283,07</b>    | <b>44,22</b> | <b>44,86</b> | <b>192,06</b> | -        | <b>373,79</b> |
| <b>Комплекс 2</b>      |                                      |            |                    |              |              |               |          |               |
| 580                    | Омлет натуральный                    | Завтрак    | 329,56             | 15,52        | 20,97        | 16,16         | 210      | 102,32        |
| 575                    | Йогурт 125гр                         | Завтрак    | 138,12             | 4,13         | 1,88         | 28,55         | 125      | 36,33         |
| 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         |
| 143                    | Хлеб крестьянский витаминный         | Завтрак    | 49,76              | 1,47         | 0,17         | 10,42         | 25       | 2,33          |
| <b>Итого (завтрак)</b> |                                      |            | <b>658,2</b>       | <b>22,49</b> | <b>24,28</b> | <b>87,97</b>  | -        | <b>170,96</b> |
| 550                    | Суп-пюре из овощей с гречками 250/20 | Обед       | 161,51             | 4,92         | 6,15         | 24,65         | 270      | 28,18         |
| 625.02                 | Чахохбили из мяса инд 80/20          | Обед       | 192,8              | 11,64        | 14,42        | 7,44          | 100      | 142,15        |
| 8.4                    | Паста Триколлини                     | Обед       | 183,94             | 5,3          | 2,98         | 30,11         | 180      | 29,17         |
| 216                    | Сок 1/200 (22-00)=                   | Обед       | 88                 | 1            | 0,01         | 21,2          | 200      | 26,29         |
| 4                      | Яблоко                               | Обед       | 46,7               | 1            | 1            | 24,5          | 250      | 41,83         |
| 174                    | Батон с отрубями                     | Обед       | 55,98              | 1,66         | 0,17         | 11,73         | 25       | 1,81          |
| 173                    | Хлеб подовый чусовской               | Обед       | 48,34              | 1,65         | 0,3          | 10,42         | 25       | 1,95          |
| <b>Итого (обед)</b>    |                                      |            | <b>777,27</b>      | <b>27,17</b> | <b>25,03</b> | <b>130,05</b> | -        | <b>271,38</b> |
| <b>Итого</b>           |                                      |            | <b>1 435,47</b>    | <b>49,66</b> | <b>49,31</b> | <b>218,02</b> | -        | <b>442,34</b> |

| № рец.                  | Блюдо                                   | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г | Стоимость, Р  |
|-------------------------|---|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| <b>Обед 1-4 2 смена</b> |   |            |                    |              |              |               |          |               |
| 550                     | Суп-пюре из овощей с<br>гречками 250/20 | Обед       | 161,51             | 4,92         | 6,15         | 24,65         | 270      | 28,18         |
| 625.02                  | Чахохбили из мяса инд<br>80/20          | Обед       | 192,8              | 11,64        | 14,42        | 7,44          | 100      | 142,15        |
| 377                     | Макароны отварные                       | Обед       | 183,94             | 5,3          | 2,98         | 34,11         | 150      | 16,88         |
| 83.41                   | Чай лимонный                            | Обед       | 38,66              | 0,12         | 0,02         | 9,83          | 200      | 6,68          |
| 4                       | Яблоко                                  | Обед       | 28,02              | 0,6          | 0,6          | 14,7          | 150      | 25,10         |
| 173                     | Хлеб подовый чусовской                  | Обед       | 77,35              | 2,64         | 0,48         | 16,68         | 40       | 2,95          |
| 151.01                  | Хлеб крестьянский<br>витаминный         | Обед       | 55,97              | 1,65         | 0,16         | 11,72         | 25       | 2,33          |
| <b>Итого</b>            |   |            | <b>738,25</b>      | <b>26,87</b> | <b>24,81</b> | <b>119,13</b> | -        | <b>224,27</b> |

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

| Организация    | ФИО                         | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
|----------------|-----------------------------|----------------------|---|
| ООО "ШБС №11"  | ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА  | 13.03.2026 13:27:41  | FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167  |
| МАОУ СОШ № 136 | Шершнева Лариса Геннадьевна | 13.03.2026 15:02:02  | B43BA6808DD2E246EC82D73F982DB87EDFC6D5C6  |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350370949

Владелец Шершнева Лариса Геннадьевна

Действителен с 14.01.2026 по 14.01.2027