

## Меню на 30.03.2026

## 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>								
50.33	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	206,13	6,12	5,39	34,52	210	38,46
98.79	Бутерброд с маслом сыром 25/10/25	Завтрак	167	6,05	7,01	11,28	60	57,03
558	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
726	Вафли	Завтрак	43,85	9,35	9,53	25,02	44	20,79
215	Яблоко св. 140=	Завтрак	73,02	0,6	0,6	17,4	150	25,10
180	Батон с отрубями	Завтрак	52,5	1,6	0,7	9,4	20	1,46
<b>Итого</b>			<b>581,16</b>	<b>23,84</b>	<b>23,25</b>	<b>107,45</b>	-	<b>149,52</b>
<b>Завтрак 5-11 дотация</b>								
98.79	Бутерброд с сыром 20/20	Завтрак	20,35	1,55	0,86	5,73	40	28,98
536.02	Соте из мяса свин с овощами 50/50	Завтрак	221,17	10,86	12,69	12,12	100	91,06
12.42	Рис припущенный	Завтрак	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
83.41	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
215	Яблоко св. 140=	Завтрак	73,02	0,6	0,6	17,4	150	25,10
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
481	Хлеб подовый чусовской	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,66
<b>Итого</b>			<b>693,98</b>	<b>22,64</b>	<b>21,92</b>	<b>95</b>	-	<b>176,94</b>
<b>Завтрак 5-11 родительские</b>								
98.79	Бутерброд с сыром 20/20	Завтрак	20,35	1,55	0,86	5,73	40	28,98
536.02	Соте из мяса свин с овощами 50/50	Завтрак	221,17	10,86	12,69	12,12	100	91,06
12.42	Рис припущенный	Завтрак	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
83.41	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
215	Яблоко св. 140=	Завтрак	73,02	0,6	0,6	17,4	150	25,10
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
481	Хлеб подовый чусовской	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,66
<b>Итого</b>			<b>693,98</b>	<b>22,64</b>	<b>21,92</b>	<b>95</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>								
98.79	Бутерброд с маслом сыром 25/10/25	Завтрак	167	6,05	7,01	11,28	60	57,03
50.33	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	206,13	6,12	5,39	34,52	210	38,46
83.41	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
726	Вафли	Завтрак	43,85	9,35	9,53	25,02	44	20,79
215	Яблоко св. 140=	Завтрак	73,02	0,6	0,6	17,4	150	25,10
180	Батон с отрубями	Завтрак	52,5	1,6	0,7	9,4	20	1,46
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>581,16</b>	<b>23,84</b>	<b>23,25</b>	<b>107,45</b>	-	<b>149,52</b>
75.2	Суп картофельный с горохом с гренок, мяс (свин)250/2	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	300	62,75
536.02	Соте из мяса свин с овощами50/50	Обед	221,17	10,86	12,69	12,12	100	91,06
12.41	Рис припущенный	Обед	166,8	3,63	3,18	35,26	150	17,99
647.01	Напиток из ягод Ассорти	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	23,83
215	Яблоко св. 140=	Обед	73,02	0,6	0,6	17,4	150	25,10
201	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	19,88	1,32	0,13	9,37	20	1,86
204	Хлеб подовый чусовской	Обед	41,44	1,41	0,26	8,94	25	1,68
<b>Итого (обед)</b>			<b>782,41</b>	<b>25,26</b>	<b>24,68</b>	<b>127,23</b>	-	<b>224,27</b>
<b>Итого</b>			<b>1 363,57</b>	<b>49,1</b>	<b>47,93</b>	<b>234,68</b>	-	<b>373,79</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>Комплекс 2</b>								
98.23	Бутерброд с маслом с сыром 30/10/35	Завтрак	211,7	7,46	12,23	17,33	75	68,70
50.33	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	206,13	6,12	5,39	34,52	210	38,46
215	Яблоко св. 140=	Завтрак	73,02	0,6	0,6	17,4	150	25,10
83.41	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
726	Вафли	Завтрак	43,85	9,35	9,53	25,02	44	20,79
426	Хлеб подовый с отрубями	Завтрак	41,02	1,25	0,54	7,34	25	2,33
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>614,38</b>	<b>24,9</b>	<b>28,31</b>	<b>111,44</b>	-	<b>162,06</b>
720	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	15,06	0,53	0,27	2,28	35	13,37
75.2	Суп картофельный с горохом с гренок,мяс (свин)250/2	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	310	78,86
538.01	Соте из мяса свин с овощами 75/75	Обед	221,17	10,86	12,69	12,12	150	136,60
12.42	Рис припущенный	Обед	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
647.01	Напиток из ягод Ассорти	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	23,83
177	Хлеб крестьянский с витаминами	Обед	105,01	3,2	1,39	18,8	40	3,73
481	Хлеб подовый чусовской	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,29
<b>Итого (обед)</b>			<b>907,01</b>	<b>30,55</b>	<b>29,85</b>	<b>119,55</b>	-	<b>280,28</b>
<b>Итого</b>			<b>1 521,39</b>	<b>55,45</b>	<b>58,16</b>	<b>230,99</b>	-	<b>442,34</b>

**Обед 1-4 2 смена**

75.2	Суп картофельный с горохом с гренок,мяс (свин)250/2	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	300	62,75
536.02	Соте из мяса свин с овощами50/50	Обед	221,17	10,86	12,69	12,12	100	91,06
12.41	Рис припущенный	Обед	166,8	3,63	3,18	35,26	150	17,99
647.01	Напиток из ягод Ассорти	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	23,83
215	Яблоко св. 140=	Обед	73,02	0,6	0,6	17,4	150	25,10
201	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	19,88	1,32	0,13	9,37	20	1,86
481	Хлеб подовый чусовской	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,68
<b>Итого</b>			<b>789,32</b>	<b>25,5</b>	<b>24,72</b>	<b>126,64</b>	-	<b>224,27</b>

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	20.03.2026 13:26:56	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 136	Шершнева Лариса Геннадьевна	20.03.2026 13:44:27	B43BA6808DD2E246EC82D73F982DB87EDFC6D5C6