

Меню на 29.09.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
(2 смена) Обед 1-4 классы								
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	3,6	0,17	0,03	0,57	15	4,39
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/20	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	270	39,95
-	Биточек мясной с отрубями	Обед	216	10,6	12,4	12,9	100	59,54
-	Булгур отварной	Обед	183,6	7,38	7,2	39,78	180	28,17
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,47
-	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
Итого			851,04	33,91	29,76	129,74	-	162,95
(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)								
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	6	0,27	0,05	0,95	25	7,31
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/25	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	275	46,61
-	Биточек мясной с отрубями с маслом	Обед	216	10,6	12,4	12,9	105	68,84
-	Булгур отварной	Обед	183,6	7,38	7,2	39,78	180	28,17
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,19
-	Джем порц	Обед	76	0,2	-	14,4	20	9,96
-	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
Итого			947,26	34,87	29,93	147,19	-	192,84
Завтрак 1-4 классы								
-	Бутерброд с маслом с сыром 15/10/15	Завтрак	182,02	6,36	11,91	11,81	40	40,82
-	Каша "Дружба" молочная с маслом 200/10	Завтрак	254,31	7,02	7,02	39,68	210	35,43
-	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	10,72
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,59
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
Итого			595,95	18,27	22,72	86,35	-	108,64

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)								
-	Бутерброд с маслом с сыром 15/10/15	Завтрак	182,02	6,36	11,91	11,81	40	40,82
-	Каша "Дружба" молочная с маслом 200/10	Завтрак	254,31	7,02	7,02	39,68	210	35,43
-	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	10,72
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,59
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
Итого (завтрак)			595,95	18,27	22,72	86,35	-	108,64
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	3,6	0,17	0,03	0,57	15	4,39
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/20	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	270	39,95
-	Биточек мясной с отрубями	Обед	216	10,6	12,4	12,9	100	59,54
-	Булгур отварной	Обед	183,6	7,38	7,2	39,78	180	28,17
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,47
-	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
Итого (обед)			851,04	33,91	29,76	129,74	-	162,95
Итого			1 446,99	52,18	52,48	216,09	-	271,59
Комплекс 5-11 классы (№2)								
-	Биточек мясной с отрубями	Завтрак	216	10,6	12,4	12,9	100	59,54
-	Булгур отварной	Завтрак	183,6	7,38	7,2	39,78	180	28,17
-	Компот из кураги и изюма	Завтрак	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Джем порц	Завтрак	76	0,2	-	14,4	20	9,96
-	Хлеб ржаной	Завтрак	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,46
-	Яблоко	Завтрак	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
Итого			650,16	21,61	20,42	109,66	-	128,56
Комплекс 5-11 классы (базовый)								
-	Биточек мясной с отрубями	Завтрак	216	10,6	12,4	12,9	100	59,54
-	Булгур отварной	Завтрак	183,6	7,38	7,2	39,78	180	28,17
-	Компот из кураги и изюма	Завтрак	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб ржаной	Завтрак	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,46
-	Джем порц	Завтрак	76	0,2	-	14,4	20	9,96
-	Яблоко	Завтрак	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
Итого			650,16	21,61	20,42	109,66	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)								
-	Бутерброд с маслом сыром 15/10/25	Завтрак	217,32	9,04	14,65	11,81	50	55,15
-	Каша "Дружба" молочная с маслом 250/10	Завтрак	254,31	7,02	7,02	39,68	260	39,62
-	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	10,72
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Яблоко	Завтрак	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
Итого (завтрак)			641,46	21,26	25,48	88,53	-	127,90
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	69,08	0,91	5,45	4,31	45	17,34
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	53,29
-	Биточек мясной с отрубями с маслом	Обед	216	10,6	12,4	12,9	105	68,84
-	Булгур отварной	Обед	183,6	7,38	7,2	39,78	180	28,17
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,87
-	Джем порц	Обед	76	0,2	-	14,4	20	9,96
Итого (обед)			1 011	35,77	35,05	144,09	-	193,50
Итого			1 652,46	57,03	60,53	232,62	-	321,40
Обед 1-4								
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	3,6	0,17	0,03	0,57	15	4,39
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/20	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	270	39,95
-	Биточек мясной с отрубями	Обед	216	10,6	12,4	12,9	100	59,54
-	Булгур отварной	Обед	183,6	7,38	7,2	39,78	180	28,17
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,47
-	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
Итого			851,04	33,91	29,76	129,74	-	162,95
Обед 5-11 классы								
-	Помидор свежий к гарниру	Обед	6	0,27	0,05	0,95	25	7,31
-	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/25	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	275	46,61
-	Биточек мясной с отрубями с маслом	Обед	216	10,6	12,4	12,9	105	68,84
-	Булгур отварной	Обед	183,6	7,38	7,2	39,78	180	28,17
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,19
-	Джем порц	Обед	76	0,2	-	14,4	20	9,96
-	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
Итого			947,26	34,87	29,93	147,19	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Полдник								
-	Фрикадельки мясные	Полдник	151,2	9,6	10,32	10,48	80	47,24
-	Картофель отварной в молоке	Полдник	159,11	3,78	4,5	24,44	180	30,87
-	Чай с сахаром	Полдник	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Полдник	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Полдник	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,51
Итого			453,99	16,46	15,2	66,45	-	85,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	25.09.2025 13:55:35	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	25.09.2025 16:37:47	938E9A5C795909AE78AFD49D9E324BDDDEEE46F2

ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"

МАОУ СОШ № 18

Меню на 29.09.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Закуски								
-	Салат "Апрель"	Нет	180,03	7,54	14,25	4,57	100	51,17
-	Салат "Крабик" с капустой	Нет	-	-	-	-	100	42,03
Гарниры								
-	Картофель запеченный	Нет	-	-	-	-	180	52,94
-	Кабачки тушеные со сметаной	Нет	-	-	-	-	150	54,65
-	Рис припущенный с овощами	Нет	236,1	4,36	3,81	45,91	180	22,57
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	18,39
-	Макаронные изделия отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,91
-	Капуста цветная отварная	Нет	126,9	2,65	4,43	12,6	150	47,97
-	Пюре картофельное	Нет	159,1	3,72	4,39	24,44	180	36,57
-	Капуста тушеная с куркумой	Нет	121,34	4,2	8,23	18,67	180	33,11
Блюда из рыбы								
-	Салат из кальмара с морковью	Нет	-	-	-	-	100	76,50
-	Рыба "Провансаль"	Нет	-	-	-	-	100	100,18
-	Рыба жареная (с костью)	Нет	-	-	-	-	100	102,74
-	Окунь морской припущенный	Нет	126,47	17,83	5,92	0,48	100	120,84
-	Рыба в кляре	Нет	-	-	-	-	100	50,82
Блюда из мяса								
-	Язык отварной с соусом	Нет	110,34	16,7	4,72	0,27	100	68,04
-	Тефтели мясные с соусом	Нет	176	10,25	13,53	11,63	130	62,81
-	Жаркое по-русски	Нет	-	-	-	-	280	128,29
-	Перец фаршированный с соусом 130/50	Нет	-	-	-	-	180	96,53
-	Бефстроганов	Нет	224,96	12,13	15,2	6,6	100	81,97
-	Шницель рубленый куриный	Нет	-	-	-	-	100	99,60
Блюда из птицы								
-	Голень кур запеченая	Нет	-	-	-	-	120	72,10

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	94,91
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	112,37
Напитки								
-	Компот из ягод "Ассорти"	Нет	87,6	1,02	0,06	17,76	200	10,56
-	Кофе черный раств. с сахаром	Нет	-	-	-	-	200	9,76
-	Чай с сахаром	Нет	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
-	Компот из вишни	Нет	84,62	0,18	-	20,98	200	24,02
-	Напиток из клюквы	Нет	87,6	1,02	0,06	19,76	200	22,87
Мучные изделия								
-	Ватрушка с повидлом	Нет	-	-	-	-	75	18,98
-	Круассан	Нет	50	2,5	3,5	25	70	31,20
-	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	21,24

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	25.09.2025 13:55:35	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	25.09.2025 16:37:47	938E9A5C795909AE78AFD49D9E324BDDDEEE46F2