

Меню на 02.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
(2 смена) Обед 1-4 классы								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/10/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	270	32,33
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	59,22
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	17,88
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,11
-	Слойка с клубникой	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	38,40
Итого			952,87	41,36	41,1	103,45	-	162,95
(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)								
-	Огурец свежий	Обед	5,08	0,21	0,04	0,75	20	5,86
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	285	52,34
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	59,22
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,56
-	Слойка с клубникой	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	38,40
Итого			1 003,99	42,76	42,76	112,02	-	192,84
Завтрак 1-4 классы								
-	Пудинг из творога с рисом молоком сгущенным 150/20	Завтрак	242,73	13,34	9,3	26,53	170	80,84
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,00
-	Яблоко	Завтрак	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого			392,43	16,26	10,02	68,48	-	108,64

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)								
-	Пудинг из творога с рисом молоком сгущенным 150/20	Завтрак	242,73	13,34	9,3	26,53	170	80,84
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
-	Яблоко	Завтрак	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
Итого (завтрак)			376,62	15,82	9,87	63,36	-	103,42
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/5/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	260	23,37
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	59,22
-	Картофель отварной	Обед	135,49	2,89	3,29	21,97	150	30,95
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,86
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,69
-	Слойка с клубникой	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	38,40
Итого (обед)			935	40,95	36,81	99,17	-	168,17
Итого			1 311,62	56,77	46,68	162,53	-	271,59
Комплекс 5-11 классы (№2)								
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак	177,7	14,7	16,06	7,74	100	59,22
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,87
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,82
-	Слойка с клубникой	Завтрак	157,5	4,68	5,22	17,47	70	38,40
Итого			723	28,4	31,09	98,73	-	128,56
Комплекс 5-11 классы (базовый)								
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак	177,7	14,7	16,06	7,74	100	59,22
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,87
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,82
-	Слойка с клубникой	Завтрак	157,5	4,68	5,22	17,47	70	38,40
Итого			723	28,4	31,09	98,73	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)								
-	Пудинг из творога с рисом молоком сгущенным 150/30	Завтрак	242,73	13,34	9,3	26,53	180	86,15
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Завтрак	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,17
-	Яблоко	Завтрак	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого (завтрак)			401,02	16,61	10,14	69,13	-	114,45
-	Огурец свежий	Обед	5,08	0,21	0,04	0,75	20	5,86
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	285	52,34
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	59,22
-	Картофель отварной	Обед	162,59	3,47	3,95	26,36	180	37,15
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,30
-	Слойка с клубникой	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	38,40
Итого (обед)			909,7	39,74	37,11	94,8	-	206,95
Итого			1 310,72	56,35	47,25	163,93	-	321,40
Обед 1-4								
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/10/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	270	32,33
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	59,22
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	17,88
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,11
-	Слойка с клубникой	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	38,40
Итого			952,87	41,36	41,1	103,45	-	162,95
Обед 5-11 классы								
-	Огурец свежий	Обед	5,08	0,21	0,04	0,75	20	5,86
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	285	52,34
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	59,22
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,56
-	Слойка с клубникой	Обед	157,5	4,68	5,22	17,47	70	38,40
Итого			1 003,99	42,76	42,76	112,02	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Обед ГПД								
-	Огурец свежий	Обед	5,08	0,21	0,04	0,75	20	5,86
-	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/10/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	270	32,33
-	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	59,22
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	17,88
-	Компот из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,11
Итого			810,66	37,21	35,95	88,91	-	130,88

Полдник								
-	Макаронные изделия с сыром	Полдник	167,45	4,42	4,56	27,68	150	43,88
-	Йогурт 2,5%	Полдник	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Чай с сахаром	Полдник	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Полдник	40,83	1,27	0,1	8,71	20	1,74
Итого			335,44	9,5	12,68	68,22	-	85,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	30.09.2025 12:51:12	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	30.09.2025 14:09:41	938E9A5C795909AE78AFD49D9E324BDDDEEE46F2
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"		МАОУ СОШ № 18	

Меню на 02.10.2025

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 "Мимоза"	Нет	-	-	-	-	100	57,34
Гарниры								
-	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
-	Картофель запеченый	Нет	-	-	-	-	180	52,94
-	Кабачки тушеные со сметаной	Нет	-	-	-	-	150	54,65
-	Капуста цветная отварная	Нет	126,9	2,65	4,43	12,6	150	47,97
-	Макаронные изделия отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,91
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	18,39
-	Рис припущенный с овощами	Нет	236,1	4,36	3,81	45,91	180	22,57
Блюда из рыбы								
-	Салат из кальмара с морковью	Нет	-	-	-	-	100	76,82
-	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	51,14

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Блюда из мяса								
-	Жаркое по-русски	Нет	-	-	-	-	280	128,29
-	Тефтели мясные с соусом	Нет	176	10,25	13,53	11,63	130	62,81
-	Язык отварной с соусом	Нет	110,34	16,7	4,72	0,27	100	68,04
-	Шницель рубленый куриный	Нет	-	-	-	-	100	99,70
-	Бефстроганов	Нет	224,96	12,13	15,2	6,6	100	81,97
-	Перец фаршированный с соусом 130/50	Нет	-	-	-	-	180	96,53
Блюда из птицы								
-	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
-	Голень кур запеченая	Нет	-	-	-	-	120	72,10
Напитки								
-	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
-	Компот из ягод "Ассорти"	Нет	87,6	1,02	0,06	17,76	200	10,56
-	Напиток из клюквы	Нет	87,6	1,02	0,06	19,76	200	22,87
Мучные изделия								
-	Круассан	Нет	50	2,5	3,5	25	70	31,20
-	Ватрушка с повидлом	Нет	-	-	-	-	75	19,10
-	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	21,24

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	30.09.2025 12:51:12	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	30.09.2025 14:09:41	938E9A5C795909AE78AFD49D9E324BDDDEEE46F2