

Меню на 09.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
(2 смена) Обед 1-4 классы								
-	Рассольник Ленинградский с мясом сметаной 250/5/10	Обед	227,25	9,15	11,92	36,37	265	28,75
-	Фрикадельки из филе кур	Обед	192	14,5	10,8	9,1	100	71,06
-	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	10,56
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,16
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			933,4	38,17	33,23	140,97	-	162,95
(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)								
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/20/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	280	48,66
-	Фрикадельки из филе кур с маслом	Обед	192	14,5	10,8	9,1	105	80,38
-	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	10,56
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,35
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			954,89	38,63	34,26	143,48	-	192,84
Завтрак 1-4 классы								
-	Омлет натуральный	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	200	62,70
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	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	1,94
Итого			524,44	26,93	29,65	76,81	-	108,64
Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)								
-	Омлет натуральный	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	200	62,70
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	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	1,94
Итого (завтрак)			524,44	26,93	29,65	76,81	-	108,64
-	Рассольник Ленинградский с мясом сметаной 250/5/10	Обед	227,25	9,15	11,92	36,37	265	28,75
-	Фрикадельки из филе кур	Обед	192	14,5	10,8	9,1	100	71,06
-	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	10,56
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,16
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого (обед)			933,4	38,17	33,23	140,97	-	162,95
Итого			1 457,84	65,1	62,88	217,78	-	271,59

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 5-11 классы (№2)								
-	Фрикадельки из филе кур	Завтрак	192	14,5	10,8	9,1	100	71,06
-	Макаронные изделия отварные с сыром	Завтрак	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,87
-	Батон с отрубями	Завтрак	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Завтрак	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,21
-	Яблоко	Завтрак	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			681,53	29,14	21,31	98,82	-	128,56
Комплекс 5-11 классы (базовый)								
-	Фрикадельки из филе кур	Завтрак	192	14,5	10,8	9,1	100	71,06
-	Макаронные изделия отварные с сыром	Завтрак	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,87
-	Батон с отрубями	Завтрак	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Завтрак	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,21
-	Яблоко	Завтрак	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			681,53	29,14	21,31	98,82	-	128,56
Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)								
-	Омлет натуральный с маслом сл 200/5	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	205	72,01
-	Йогурт 2,5%	Завтрак	73,2	3,63	8	17,87	125	36,33
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,87
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
Итого (завтрак)			514,23	26,61	29,62	74,63	-	117,49
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо) 250/20/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	280	48,66
-	Фрикадельки из филе кур с маслом	Обед	192	14,5	10,8	9,1	105	80,38
-	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	10,56
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,34
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого (обед)			989,75	38,91	37,87	144,01	-	203,91
Итого			1 503,98	65,52	67,49	218,64	-	321,40
Обед 1-4								
-	Рассольник Ленинградский с мясом сметаной 250/5/10	Обед	227,25	9,15	11,92	36,37	265	28,75
-	Фрикадельки из филе кур	Обед	192	14,5	10,8	9,1	100	71,06
-	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	10,56
-	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,16
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			933,4	38,17	33,23	140,97	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Обед 5-11 классы								
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/20/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	280	48,66
-	Фрикадельки из филе кур с маслом	Обед	192	14,5	10,8	9,1	105	80,38
-	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	10,56
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,35
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			954,89	38,63	34,26	143,48	-	192,84

Обед ГПД								
-	Рассольник Ленинградский с мясом сметаной 250/5/10	Обед	227,25	9,15	11,92	36,37	265	28,75
-	Фрикадельки из филе кур	Обед	153,6	11,6	8,64	7,28	80	56,84
-	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
-	Компот из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	10,56
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,24
Итого			885,64	35,16	30,66	130,71	-	130,88

Полдник								
-	Бутерброд с маслом с сыром 30/10/15	Полдник	182,02	6,36	11,91	11,81	55	41,79
-	Каша манная молочная вязкая с маслом	Полдник	166,5	3,51	6,15	22,8	155	21,11
-	Чай с сахаром	Полдник	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Полдник	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,32
-	Яблоко	Полдник	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
Итого			479,18	12,43	18,84	68,39	-	85,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	07.10.2025 11:08:18	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	07.10.2025 15:13:19	938E9A5C795909AE78AFD49D9E324BDDDEEE46F2
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"		МАОУ СОШ № 18	

Меню на 09.10.2025

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	57,66
Гарниры								
-	Кабачки тушеные со сметаной	Нет	-	-	-	-	150	54,65
-	Картофель запеченый	Нет	-	-	-	-	180	52,94
-	Капуста тушеная с куркумой	Нет	121,34	4,2	8,23	18,67	180	33,11
-	Пюре картофельное	Нет	159,1	3,72	4,39	24,44	180	36,57
-	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

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
-	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								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	-	-	-	-	100	100,18
-	Салат из кальмара с морковью	Нет	-	-	-	-	100	76,82
-	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
Блюда из мяса								
-	Перец фаршированный с соусом 130/50	Нет	-	-	-	-	180	96,53
-	Шницель рубленый куриный	Нет	-	-	-	-	100	99,70
-	Бефстроганов	Нет	224,96	12,13	15,2	6,6	100	81,97
-	Язык отварной с соусом	Нет	110,34	16,7	4,72	0,27	100	68,04
-	Жаркое по-русски	Нет	-	-	-	-	280	128,29
-	Тефтели мясные с соусом	Нет	176	10,25	13,53	11,63	130	62,81
Блюда из птицы								
-	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	94,91
-	Голень кур запеченая	Нет	-	-	-	-	120	83,53
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	112,37
Напитки								
-	Компот из вишни	Нет	84,62	0,18	-	20,98	200	24,02
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
-	Чай с сахаром	Нет	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Напиток из клюквы	Нет	87,6	1,02	0,06	19,76	200	22,87
-	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
Мучные изделия								
-	Ватрушка с повидлом	Нет	-	-	-	-	75	19,10
-	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	07.10.2025 11:08:18	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	07.10.2025 15:13:19	938E9A5C795909AE78AFD49D9E324BDDDEEE46F2