

Меню на 21.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
(2 смена) Обед 1-4 классы								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/20/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	280	48,74
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	200	91,25
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,88
Итого			580,32	20,39	21,13	65,77	-	162,95
(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	285	56,99
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	114,85
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,86
Итого			572,64	20,28	20,52	65,29	-	192,84
Завтрак 1-4 классы								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	68,23
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	21,07
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,94
Итого			702,62	22,26	28,34	90,27	-	108,64

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
-	Гуляш 50/50	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	68,23
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	21,07
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,94
Итого (завтрак)			702,62	22,26	28,34	90,27	-	108,64
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/20/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	280	48,74
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	200	91,25
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,88
Итого (обед)			580,32	20,39	21,13	65,77	-	162,95
Итого			1 282,94	42,65	49,47	156,04	-	271,59
Комплекс 5-11 классы (№2)								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Рагу из мяса с овощами	Завтрак	110,4	2,5	3,98	14,61	250	114,85
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,96
Итого			272,42	5,72	6,9	43,85	-	128,56
Комплекс 5-11 классы (базовый)								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Рагу из мяса с овощами	Завтрак	110,4	2,5	3,98	14,61	250	114,85
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,96
Итого			272,42	5,72	6,9	43,85	-	128,56
Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
-	Гуляш	Завтрак	331,75	18,33	15,53	14,05	150	102,38
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,30
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Завтрак	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
Итого (завтрак)			806,85	29,11	29,55	97,39	-	144,61
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/15/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	275	41,69
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	114,85
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	30,63	0,95	0,08	6,54	15	1,40
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,04
Итого (обед)			561,9	19,98	20,54	62,61	-	176,79
Итого			1 368,75	49,09	50,09	160	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Обед 1-4								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/20/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	280	48,74
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	200	91,25
-	Компот из яблоч с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,88
Итого			580,32	20,39	21,13	65,77	-	162,95

Обед 5-11 классы

-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	285	56,99
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	114,85
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	9,11
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,86
Итого			572,64	20,28	20,52	65,29	-	192,84

Обед ГПД

-	Борщ со сметаной 250/10	Обед	142,8	2,63	11,62	16,54	260	20,55
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	200	91,25
-	Чай лимонный	Обед	60	0,3	-	15,2	200	4,87
-	Джем порц	Обед	76	0,2	-	14,4	20	9,96
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,45
Итого			495,05	8,94	16,04	81,5	-	130,88

Полдник

-	Колбаска Школьная с отрубями из мяса	Полдник	269,2	9,53	14,37	9,69	85	62,48
-	Рис припущенный	Полдник	196,75	3,63	4,84	38,27	150	17,66
-	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	1,81
Итого			560,74	14,61	19,33	70,63	-	85,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	17.10.2025 14:24:58	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	20.10.2025 09:08:47	938E9A5C795909AE78AFD49D9E324BDDDEEE46F2
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ СОШ № 18

Меню на 21.10.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Фрукты								
-	Нектарины	Нет	28,02	0,6	0,6	14,7	120	31,55
Закуски								

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
-	Сельдь "под шубой"	Нет	-	-	-	-	100	46,71
-	Салат "Мимоза"	Нет	-	-	-	-	100	57,66
-	Салат "Апрель"	Нет	180,03	7,54	14,25	4,57	100	51,17
Гарниры								
-	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
-	Картофель запеченый	Нет	-	-	-	-	180	52,94
-	Кабачки тушеные со сметаной	Нет	-	-	-	-	150	54,65
Блюда из рыбы								
-	Салат из кальмара с морковью	Нет	-	-	-	-	100	76,82
-	Рыба в кляре	Нет	-	-	-	-	100	51,14
-	Окунь морской припущенный	Нет	126,47	17,83	5,92	0,48	100	120,84
-	Рыба жареная (с костью)	Нет	-	-	-	-	100	102,74
-	Рыба "Провансаль"	Нет	-	-	-	-	100	100,18
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	65,36
-	Жаркое по-русски	Нет	-	-	-	-	280	133,96
-	Перец фаршированный с соусом 130/50	Нет	-	-	-	-	180	99,31
-	Бефстроганов	Нет	224,96	12,13	15,2	6,6	100	85,51
-	Шницель рубленый куриный	Нет	-	-	-	-	100	99,70
Блюда из птицы								
-	Голень кур запеченая	Нет	-	-	-	-	120	83,53
-	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								
-	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
-	Кофе черный раств. с сахаром	Нет	-	-	-	-	200	9,76
-	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
-	Компот из вишни	Нет	84,62	0,18	-	20,98	200	24,02
Мучные изделия								
-	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	21,24
-	Ватрушка с повидлом	Нет	-	-	-	-	75	19,10
-	Круассан	Нет	50	2,5	3,5	25	70	31,20

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	17.10.2025 14:24:58	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	20.10.2025 09:08:47	938E9A5C795909AE78AFD49D9E324BDDDEEE46F2