

Меню на 23.10.2025

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	29,15
-	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	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,23
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			922,2	37,83	33,19	138,62	-	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	50,26
-	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	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,55
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			919,26	37,31	33,96	138,15	-	192,84
Завтрак 1-4 классы								
-	Омлет натуральный	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	200	64,01
-	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	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,43
Итого			496,51	25,91	29,4	72,82	-	108,64
Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)								
-	Омлет натуральный	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	200	64,01
-	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	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,43
Итого (завтрак)			496,51	25,91	29,4	72,82	-	108,64
-	Рассольник Ленинградский с мясом сметаной 250/5/10	Обед	227,25	9,15	11,92	36,37	265	29,15
-	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	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,23
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого (обед)			922,2	37,83	33,19	138,62	-	162,95
Итого			1 418,71	63,74	62,59	211,44	-	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	73,31
-	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	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,55
Итого (завтрак)			504,56	26,28	29,56	72,96	-	118,39
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо) 250/20/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	280	50,26
-	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	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,75
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого (обед)			972,41	38,48	37,2	141,87	-	203,01
Итого			1 476,97	64,76	66,76	214,83	-	321,40
Обед 1-4								
-	Рассольник Ленинградский с мясом сметаной 250/5/10	Обед	227,25	9,15	11,92	36,37	265	29,15
-	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	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,23
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			922,2	37,83	33,19	138,62	-	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	50,26
-	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	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,55
-	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			919,26	37,31	33,96	138,15	-	192,84

Обед ГПД								
-	Рассольник Ленинградский с мясом сметаной 250/5/10	Обед	227,25	9,15	11,92	36,37	265	29,15
-	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	11,87
-	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
-	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,47
Итого			843,91	33,83	30,47	122,68	-	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	20.10.2025 15:33:39	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	20.10.2025 17:12:40	938E9A5C795909AE78AFD49D9E324BDDDEEE46F2
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"		МАОУ СОШ № 18	

Меню на 23.10.2025

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								
-	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

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
-	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	20.10.2025 15:33:39	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	20.10.2025 17:12:40	938E9A5C795909AE78AFD49D9E324BDDDEEE46F2