

Меню на 10.03.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
(2 смена) Обед 1-4 классы								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	55,25	0,85	3,4	5,1	85	20,34
32.32	Борщ с мясом со сметаной	Обед	164	4	8	17	285	56,27
43.68	Суфле - фиш с маслом	Обед	198	11	14	17	110	91,44
7.79	Картофельное пюре	Обед	132,57	3,1	3,66	20,09	150	25,15
540.03	Напиток из ягод "Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,47
94.65	Батон с отрубями	Обед	112	2	-	23	50	4,66
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,94
Итого			807,82	23,95	29,06	113,19	-	224,27
(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	65	1	4	6	100	23,94
32.32	Борщ с мясом со сметаной	Обед	164	4	8	17	285	56,27
416.25	Котлета мясная	Обед	216	16,3	11,4	12,9	100	81,82
7.79	Пюре картофельное	Обед	159,09	3,72	4,39	24,11	180	30,21
540.03	Напиток из ягод " Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,47
94.65	Батон с отрубями	Обед	67,2	1,2	-	13,8	30	2,80
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
Итого			933,29	31,22	33,79	115,81	-	265,40
Завтрак 1-4 классы								
422.81	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	100	47,91
8.44	Паста Триколлини	Завтрак	184	5	3	30	150	23,56
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	67	2	1	13	25	2,29
4.86	банан	Завтрак	53,9	-	-	13,2	220	65,73
Итого			520,9	14,5	16,3	81,77	-	149,52
Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)								
422.81	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	100	47,91
8.44	Паста Триколлини	Завтрак	184	5	3	30	150	23,56
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	56	1	-	11,5	25	2,29
4.86	Банан	Завтрак	53,9	-	-	13,2	220	65,73
Итого (завтрак)			509,9	13,5	15,3	80,27	-	149,52
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	55,25	0,85	3,4	5,1	85	20,34
32.32	Борщ с мясом со сметаной	Обед	164	4	8	17	285	56,27
43.68	Суфле - фиш с маслом	Обед	198	11	14	17	110	91,44
7.79	Пюре картофельное	Обед	132,57	3,1	3,66	20,09	150	25,15
540.03	Напиток из ягод " Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,47
94.65	Батон с отрубями	Обед	112	2	-	23	50	4,66
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,94
Итого (обед)			807,82	23,95	29,06	113,19	-	224,27
Итого			1 317,72	37,45	44,36	193,46	-	373,79

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 5-11 классы (№2)								
67.97	Салат из квашеной капусты	Завтрак	19,5	0,3	1,2	1,8	30	7,18
416.25	Котлета мясная	Завтрак	216	16,3	11,4	12,9	100	81,82
7.79	Пюре картофельное	Завтрак	159,09	3,72	4,39	24,11	180	30,21
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	44,8	0,8	-	9,2	20	1,81
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Завтрак	174	4	6	19	60	45,89
Итого			669,39	25,12	22,99	82,01	-	176,94
Комплекс 5-11 классы (базовый)								
67.97	Салат из квашеной капусты	Завтрак	19,5	0,3	1,2	1,8	30	7,18
416.25	Котлета мясная	Завтрак	216	16,3	11,4	12,9	100	81,82
7.79	Пюре картофельное	Завтрак	159,09	3,72	4,39	24,11	180	30,21
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	44,8	0,8	-	9,2	20	1,81
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Завтрак	174	4	6	19	60	45,89
Итого			669,39	25,12	22,99	82,01	-	176,94
Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)								
422.81	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	100	47,91
8.44	Паста Триколлини	Завтрак	220,8	6	3,6	36	180	28,28
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	67,2	1,2	-	13,8	30	2,80
4.86	Банан	Завтрак	53,9	-	-	13,2	220	65,73
Итого (завтрак)			557,9	14,7	15,9	88,57	-	154,75
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	48,75	0,75	3	4,5	75	17,96
32.32	Борщ с мясом со сметаной	Обед	164	4	8	17	285	56,27
43.68	Суфле - фиш с маслом	Обед	198	11	14	17	110	91,44
7.79	Пюре картофельное	Обед	159,09	3,72	4,39	24,11	180	30,21
540.03	Напиток из ягод "Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,47
94.65	Батон с отрубями	Обед	44,8	0,8	-	9,2	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,92
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
4	Яблоко	Обед	34,3	-	-	9,8	105	17,57
Итого (обед)			968,94	27,27	35,39	131,61	-	287,59
Итого			1 526,84	41,97	51,29	220,18	-	442,34
Обед 1-4								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	55,25	0,85	3,4	5,1	85	20,34
32.32	Борщ с мясом со сметаной	Обед	164	4	8	17	285	56,27
43.68	Суфле - фиш с маслом	Обед	198	11	14	17	110	91,44
7.79	Пюре картофельное	Обед	132,57	3,1	3,66	20,09	150	25,15
540.03	Напиток из ягод "Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,47
94.65	Батон с отрубями	Обед	112	2	-	23	50	4,66
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,94
Итого			807,82	23,95	29,06	113,19	-	224,27

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Обед 5-11 классы								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	65	1	4	6	100	23,94
32.32	Борщ с мясом со сметаной	Обед	164	4	8	17	285	56,27
416.25	Котлета мясная	Обед	216	16,3	11,4	12,9	100	81,82
7.79	Пюре картофельное	Обед	159,09	3,72	4,39	24,11	180	30,21
540.03	Напиток из ягод " Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,47
94.65	Батон с отрубями	Обед	67,2	1,2	-	13,8	30	2,80
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
Итого			933,29	31,22	33,79	115,81	-	265,40

Обед ГПД								
32.36	Борщ со сметаной 250/5	Обед	132,5	2,5	10,62	16,37	255	19,00
43.85	Суфле - Рыбка	Обед	198	11	14	17	100	82,80
7.8	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	24,53
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	35,73	1,07	-	7,47	16	1,50
Итого			536,81	17,67	28,28	71,21	-	130,88

Полдник								
67.99	Салат из капусты с морковью, яблоком	Полдник	76,34	1,32	5,97	5,11	100	15,17
21.8	Каша "Царская" с мясом	Полдник	343,38	12,81	15,72	42	210	64,98
361	Чай с сахаром	Полдник	38	-	-	10	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	58	2	-	8	25	1,80
Итого			515,72	16,13	21,69	65,11	-	85,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	05.03.2026 11:06:10	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	05.03.2026 15:25:01	D24CC4E8883F8E8F8353A98DC06EB82CD1024AAE
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ СОШ № 18

Меню на 10.03.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
фрукты								
4.86	Банан	Нет	197,23	-	-	48,3	805	240,49
закуска								
322.03	Салат из кальмаров	Нет	-	-	-	-	75	97,87
781.12	Сельдь "под шубой"	Нет	-	-	-	-	100	47,45
111.26	Салат "Крабовый" с капустой	Нет	-	-	-	-	100	36,24
122.4	Салат Столичный	Нет	-	-	-	-	100	59,11
115.06	Салат "Рыжик"	Нет	-	-	-	-	100	32,42
29.02	Салат из свеклы с сыром	Нет	-	-	-	-	100	38,69
128.06	Салат Мимоза	Нет	-	-	-	-	100	60,56
гарнир								
19.65	Капуста цветная отварная	Нет	126,9	2,65	4,43	12,6	150	52,29
12.43	Рис припущенный	Нет	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,30
8.44	Паста Триколлини	Нет	220,8	6	3,6	36	180	28,28
39.17	Капуста цветная отварная с маслом сливочным	Нет	132,59	1,04	1,23	7,36	50	22,63

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
359	Пюре картофельное	Нет	159,6	3,6	4,8	26,4	180	36,57
42.69	Картофель запеченый	Нет	-	-	-	-	180	41,69
42.71	Картофель запеченый с грибами	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	58,07
Блюда из рыбы								
371	Шашлычок из рыбы с овощами	Нет	-	-	-	-	100	131,53
121.79	Рыба запеченная (с костью)	Нет	-	-	-	-	100	90,56
Блюда из мяса								
293.13	Пельмени с маслом	Нет	-	-	-	-	210	166,15
45.49	Пельмени отварные со сметаной	Нет	-	-	-	-	220	163,64
35.04	Перец фаршированный с соусом 130/50	Нет	-	-	-	-	180	147,49
413.2	Котлета мясная нат. руб. Бифштекс	Нет	-	-	-	-	80	96,02
12.65	рубленный"Школьный" с яйцом	Нет	-	-	-	-	75	141,04
422.41	Тефтели мясные с соусом 100/50	Нет	384,13	17,37	22,92	20,03	150	74,85
342.01	Бифштекс рубленный	Нет	-	-	-	-	100	184,91
35.44	Гуляш из мяса	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	102,75
35.56	Мясо отварное	Нет	-	-	-	-	50	99,11
35.14	Печень по-строгановски	Нет	185	18,03	20,34	33,42	150	82,52
Блюда из птицы								
104.99	Голень кур запеченая	Нет	-	-	-	-	120	83,08
113.61	Филе птицы запеченное с сыром	Нет	-	-	-	-	100	101,62
напиток								
361	Чай с сахаром	Нет	38	-	-	10	200	3,05
1.15	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
57.8	Кофе черный раств. с сахаром	Нет	-	-	-	-	200	16,24
53.55	Компот из вишни	Нет	84,62	0,18	-	20,98	200	24,42
53.3	Компот из ягод "Ассорти"	Нет	46	-	-	12	200	10,72
53.26	Напиток из клюквы	Нет	87,6	1,02	0,06	19,76	200	22,87
Мучные изделия								
45.38	Булочка с маком глазурью	Нет	-	-	-	-	110	27,66
45.39	Булочка сдобная с помадкой	Нет	-	-	-	-	100	29,39
109.8	Ватрушка с повидлом	Нет	-	-	-	-	75	19,78
109.43	Ватрушка Лакомка	Нет	-	-	-	-	60	39,04
119.79	Булочка домашняя	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	35,52
91.22	Пирожок печен с зеллуком и яйцом	Нет	-	-	-	-	75	31,00
45.35	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	21,27
95.04	Сдоба Выборгская	Нет	-	-	-	-	100	17,77
91.24	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	25,55
114.07	Расстегай (горб)	Нет	-	-	-	-	80	43,77
1 блюдо								
78.47	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/20	Нет	162	5	6	25	270	34,52
хлеб бел.								
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Нет	53,6	1,6	-	11,2	24	2,17

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
булочное								
116.97	Язычок слоеный	Нет	154	2	6	20	50	40,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	05.03.2026 11:06:10	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	05.03.2026 15:25:01	D24CC4E8883F8E8F8353A98DC06EB82CD1024AAE