

Меню на 13.03.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
(2 смена) Обед 1-4 классы								
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом 2	Обед	102	3	5	19	270	45,90
539	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	17,67
51.06	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	4,40
94.65	Батон с отрубями	Обед	52	2	1	13	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	35	2,48
4.79	Апельсин	Обед	66,15	-	-	16,2	270	71,16
Итого			766,15	26	24	118,2	-	224,27
(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)								
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	92,1	1,21	7,27	5,75	60	23,16
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом 2	Обед	102	3	5	19	270	45,90
539.01	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	150	121,20
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	319,11	8,33	10,19	54,78	180	21,20
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	4,40
94.65	Батон с отрубями	Обед	44,8	0,8	-	9,2	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,79
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
Итого			1 105,01	31,34	43,46	143,73	-	265,40
Завтрак 1-4 классы								
98.79	Бутерброд с сыром 15/20	Завтрак	109	6	1	12	35	27,69
547.05	Зрза мясная по -Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	70,46
359.03	Картофельное пюре/капуста цветная отварная с масло	Завтрак	177	4	5	29	200	45,11
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	4,40
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39	1	-	8	20	1,86
Итого			632	22	18	80	-	149,52

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)								
98.79	Бутерброд с сыром 15/20	Завтрак	109	6	1	12	35	27,69
547	Зрза мясная по-Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	70,46
359.03	Картофельное пюре/капуста цветная отварная с масло	Завтрак	177	4	5	29	200	45,11
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	4,40
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39	1	-	8	20	1,86
Итого (завтрак)			632	22	18	80	-	149,52
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом 2	Обед	102	3	5	19	270	45,90
539	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	17,67
555	Напиток из яблок	Обед	88	1	-	23	200	9,65
94.65	Батон с отрубями	Обед	78,4	1,4	-	16,1	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
4.79	Апельсин	Обед	61,25	-	-	15	250	65,82
Итого (обед)			782,45	25,6	23	119,9	-	224,27
Итого			1 414,45	47,6	41	199,9	-	373,79
Комплекс 5-11 классы (№2)								
539	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	245	12	15	8	100	80,80
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	21,20
1.24	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,76
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Завтрак	174	4	6	19	60	45,89
Итого			891,59	27,33	31,39	116,38	-	176,94
Комплекс 5-11 классы (базовый)								
539	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	245	12	15	8	100	80,80
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	21,20
1.24	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,76
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Завтрак	174	4	6	19	60	45,89
Итого			891,59	27,33	31,39	116,38	-	176,94

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)								
98.79	Бутерброд с сыром 15/25	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	40	35,78
547.05	Зрза мясная по-Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	70,46
359	Пюре картофельное	Завтрак	133	3	4	22	150	30,48
39.17	Капуста цветная отварная с маслом сливочным	Завтрак	132,59	1,04	1,23	7,36	50	18,85
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	4,40
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,80
Итого (завтрак)			783,46	25,32	24,12	86,04	-	162,77
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	122,8	1,62	9,7	7,66	80	30,86
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом 2	Обед	102	3	5	19	270	45,90
539.01	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	150	121,20
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	319,11	8,33	10,19	54,78	180	21,20
555	Напиток из яблок	Обед	88	1	-	23	200	9,65
94.65	Батон с отрубями	Обед	33,6	0,6	-	6,9	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	104,4	3,6	-	14,4	45	3,47
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
Итого (обед)			1 188,91	34,15	45,89	152,74	-	279,57
Итого			1 972,37	59,47	70,01	238,78	-	442,34
Обед 1-4								
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом 2	Обед	102	3	5	19	270	45,90
539	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	17,67
51.06	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	4,40
94.65	Батон с отрубями	Обед	52	2	1	13	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	35	2,48
4.79	Апельсин	Обед	66,15	-	-	16,2	270	71,16
Итого			766,15	26	24	118,2	-	224,27
Обед 5-11 классы								
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	92,1	1,21	7,27	5,75	60	23,16
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом 2	Обед	102	3	5	19	270	45,90
539.01	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	150	121,20
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	319,11	8,33	10,19	54,78	180	21,20
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	4,40
94.65	Батон с отрубями	Обед	44,8	0,8	-	9,2	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,79
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
Итого			1 105,01	31,34	43,46	143,73	-	265,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Обед ГПД								
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Обед	303,27	21,09	18,45	18,31	255	21,90
539	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	21,07
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,5	3	-	21	45	4,06
Итого			859,77	43,09	36,45	91,31	-	130,88

Полдник								
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Полдник	353	15	17	37	200	78,84
361	Чай с сахаром	Полдник	38	-	-	10	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	92,8	3,2	-	12,8	40	3,11
Итого			483,8	18,2	17	59,8	-	85,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	10.03.2026 12:35:31	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	10.03.2026 18:01:24	D24CC4E8883F8E8F8353A98DC06EB82CD1024AAE
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"		МАОУ СОШ № 18	

Меню на 13.03.2026

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								
128.06	Салат Мимоза	Нет	-	-	-	-	100	61,08
29.02	Салат из свеклы с сыром	Нет	-	-	-	-	100	38,69
115.06	Салат "Рыжик"	Нет	-	-	-	-	100	32,89
122.4	Салат Столичный	Нет	-	-	-	-	100	59,37
111.26	Салат "Крабовый" с капустой	Нет	-	-	-	-	100	36,24
781.12	Сельдь "под шубой"	Нет	-	-	-	-	100	47,45
322.03	Салат из кальмаров	Нет	-	-	-	-	75	98,38
гарнир								
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
12.43	Рис припущенный	Нет	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
39.17	Капуста цветная отварная с маслом сливочным	Нет	132,59	1,04	1,23	7,36	50	22,63
359	Пюре картофельное	Нет	159,6	3,6	4,8	26,4	180	36,57
42.69	Картофель запеченный	Нет	-	-	-	-	180	41,69
42.71	Картофель запеченный с грибами	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	58,07
19.65	Капуста цветная отварная	Нет	126,9	2,65	4,43	12,6	150	52,29
Блюда из рыбы								
121.79	Рыба запеченная (с костью)	Нет	-	-	-	-	100	90,56
371	Шашлычок из рыбы с овощами	Нет	-	-	-	-	100	131,53
Блюда из мяса								
35.14	Печень по-строгановски	Нет	185	18,03	20,34	33,42	150	82,52

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
35.56	Мясо отварное	Нет	-	-	-	-	50	99,11
35.44	Гуляш из мяса	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	102,75
342.01	Бифштекс рубленый	Нет	-	-	-	-	100	184,91
422.41	Тефтели мясные с соусом 100/50	Нет	384,13	17,37	22,92	20,03	150	74,85
12.65	Бифштекс рубленый "Школьный" с яйцом	Нет	-	-	-	-	75	142,32
413.2	Котлета мясная нат. руб.	Нет	-	-	-	-	80	96,14
35.04	Перец фаршированный с соусом 130/50	Нет	-	-	-	-	180	147,49
45.49	Пельмени отварные со сметаной	Нет	-	-	-	-	220	163,64
293.13	Пельмени с маслом	Нет	-	-	-	-	210	166,15

Блюда из птицы

104.99	Голень кур запеченая	Нет	-	-	-	-	120	83,08
113.61	Филе птицы запеченное с сыром	Нет	-	-	-	-	100	101,62

напиток

53.26	Напиток из клюквы	Нет	87,6	1,02	0,06	19,76	200	22,87
53.3	Компот из ягод "Ассорти"	Нет	46	-	-	12	200	10,72
53.55	Компот из вишни	Нет	84,62	0,18	-	20,98	200	24,42
57.8	Кофе черный раств. с сахаром	Нет	-	-	-	-	200	16,24
1.15	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
361	Чай с сахаром	Нет	38	-	-	10	200	3,05

Мучные изделия

114.07	Расстегай (горб)	Нет	-	-	-	-	80	43,91
91.24	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	25,84
95.04	Сдоба Выборгская	Нет	-	-	-	-	100	17,82
45.35	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	21,27
91.22	Пирожок печен с зелуком и яйцом	Нет	-	-	-	-	75	31,45
119.79	Булочка домашняя	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	35,57
109.43	Ватрушка Лакомка	Нет	-	-	-	-	60	39,17
109.8	Ватрушка с повидлом	Нет	-	-	-	-	75	19,96
45.39	Булочка сдобная с помадкой	Нет	-	-	-	-	100	29,64
45.38	Булочка с маком глазурью	Нет	-	-	-	-	110	27,66

1 блюдо

78.47	Суп-пюре из разных овощей с гречками 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
-------	------------------------------	-----	------	-----	---	------	----	------

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	10.03.2026 12:35:31	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	10.03.2026 18:01:24	D24CC4E8883F8E8F8353A98DC06EB82CD1024AAE