

Меню на 18.03.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
(2 смена) Обед 1-4 классы								
321.11	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,14
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/25/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	55,02
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	82,86
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,95
109.38	Слойка с вареной сгущенкой	Обед	50	3,4	5,5	25	70	46,80
Итого			995,66	33,96	43,15	146,04	-	224,27
(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)								
321.11	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	83,15	1,09	6,56	5,19	65	25,07
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/30/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	290	63,90
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	275	115,41
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	24	0,9	0,3	4,8	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,03
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
Итого			1 094,66	33,94	44,45	132,84	-	265,40
Завтрак 1-4 классы								
96.5	Огурец пикантный	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,16
554.03	Кнели из мяса кур с сырным соусом	Завтрак	253	13	16	15	130	102,85
8.45	Паста "Ригате"	Завтрак	184	5	3	34	150	8,25
373	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак	70,71	-	-	18,95	200	13,40
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
Итого			629,13	20,34	25,06	82,07	-	149,52

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)								
96.5	Огурец "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,16
554.03	Кнели из мяса кур с сырным соусом	Завтрак	253	13	16	15	130	102,85
8.45	Паста Ригате	Завтрак	184	5	3	34	150	8,25
373	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак	70,71	-	-	18,95	200	13,40
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39	1	-	8	20	1,86
Итого (завтрак)			623,46	20,01	25,06	80,74	-	149,52
321.11	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,14
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/25/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	55,02
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	82,86
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,95
109.38	Слойка с вареной сгущенкой	Обед	50	3,4	5,5	25	70	46,80
Итого (обед)			995,66	33,96	43,15	146,04	-	224,27
Итого			1 619,12	53,97	68,21	226,78	-	373,79
Комплекс 5-11 классы (№2)								
321.11	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	63,96	0,84	5,05	3,99	50	19,29
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Завтрак	485,71	20,35	22,69	51,15	250	82,86
1.24	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	93,6	2,4	-	19,2	30	2,61
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Завтрак	174	4	6	19	60	45,89
Итого			903,75	28,59	33,94	113,94	-	176,94
Комплекс 5-11 классы (базовый)								
321.11	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	63,96	0,84	5,05	3,99	50	19,29
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Завтрак	485,71	20,35	22,69	51,15	250	82,86
1.24	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	93,6	2,4	-	19,2	30	2,61
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Завтрак	174	4	6	19	60	45,89
Итого			903,75	28,59	33,94	113,94	-	176,94

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)								
96.5	Огурец "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,16
554.03	Кнели из мяса кур с сырным соусом	Завтрак	253	13	16	15	130	104,39
8.45	Паста Ригате	Завтрак	220,8	6	3,6	40,8	180	19,89
373	Напиток с витаминами	Завтрак	70,71	-	-	18,95	200	13,40
	Витошка							
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	46,4	1,6	-	6,4	20	1,55
Итого (завтрак)			734,66	23,61	25,66	99,94	-	165,19
321.11	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	57,56	0,76	4,55	3,59	45	17,35
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/30/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	290	63,90
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	275	115,41
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	80	3	1	16	50	4,66
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,51
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
4	Яблоко	Обед	32,67	-	-	9,33	100	16,73
Итого (обед)			1 134,54	34,91	43,14	148,57	-	277,15
Итого			1 869,2	58,52	68,8	248,51	-	442,34
Обед 1-4								
321.11	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,14
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/25/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	55,02
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	82,86
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,95
109.38	Слойка с вареной сгущенкой	Обед	50	3,4	5,5	25	70	46,80
Итого			995,66	33,96	43,15	146,04	-	224,27
Обед 5-11 классы								
321.11	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	83,15	1,09	6,56	5,19	65	25,07
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/30/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	290	63,90
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	275	115,41
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	24	0,9	0,3	4,8	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,03
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
Итого			1 094,66	33,94	44,45	132,84	-	265,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Обед ГПД								
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/10/10	Обед	101	3	6	11	270	34,60
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	82,86
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,72
Итого			719,38	25,68	28,69	94,48	-	130,88

Полдник								
123.84	Запеканка картофельная с мясом	Полдник	366,22	13,75	15,41	42,67	175	80,40
361	Чай с сахаром	Полдник	38	-	-	10	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	46,4	1,6	-	6,4	20	1,55
Итого			450,62	15,35	15,41	59,07	-	85,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	13.03.2026 14:15:34	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	13.03.2026 17:04:08	D24CC4E8883F8E8F8353A98DC06EB82CD1024AAE
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"		МАОУ СОШ № 18	

Меню на 18.03.2026

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	98,38
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	59,37
115.06	Салат "Рыжик"	Нет	-	-	-	-	100	32,89
29.02	Салат из свеклы с сыром	Нет	-	-	-	-	100	38,69
128.06	Салат Мимоза	Нет	-	-	-	-	100	61,08
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
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

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
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.	Нет	-	-	-	-	80	96,14
12.65	Бифштекс рубленый "Школьный" с яйцом	Нет	-	-	-	-	75	142,32
422.41	Тефтели мясные с соусом 100/50	Нет	384,13	17,37	22,92	20,03	150	74,85
342.01	Бифштекс рубленый	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	29,64
109.8	Ватрушка с повидлом	Нет	-	-	-	-	75	19,96
109.43	Ватрушка Лакомка	Нет	-	-	-	-	60	39,17
119.79	Булочка домашняя	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	35,57
91.22	Пирожок печен с зеллуком и яйцом	Нет	-	-	-	-	75	31,45
45.35	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	21,27
95.04	Сдоба Выборгская	Нет	-	-	-	-	100	17,82
91.24	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	25,84
114.07	Расстегай (горб)	Нет	-	-	-	-	80	43,91

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	13.03.2026 14:15:34	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	13.03.2026 17:04:08	D24CC4E8883F8E8F8353A98DC06EB82CD1024AAE