

Меню на 26.03.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
(2 смена) Обед 1-4 классы								
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/20/10	Обед	125	4	5	8	280	48,34
104.79	Фрикассе из филе кури	Обед	219	12	12	9	150	123,27
12.62	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	28,22
540.02	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,22
94.65	Батон с отрубями	Обед	65	2,5	1,25	16,25	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,84
34.96	Манник	Обед	60	2	2,5	16	50	13,05
Итого			763	25,5	23,75	104,25	-	224,27
(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)								
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	290	66,27
104.79	Фрикассе из филе кури	Обед	219	12	12	9	150	123,27
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	233	4	8	41	200	39,67
540.02	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,22
94.65	Батон с отрубями	Обед	67,2	1,2	-	13,8	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,91
4	Яблоко	Обед	47,37	-	-	13,53	145	24,26
Итого			961,17	34,58	31,69	111,68	-	265,40
Завтрак 1-4 классы								
125.11	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/25	Завтрак	321	15	17	41	175	118,95
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.92	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78	2	-	16	35	3,26
4	Яблоко	Завтрак	49	-	-	14	145	24,26
Итого			486	17	17	81	-	149,52

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)								
125.11	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/25	Завтрак	321	15	17	41	175	118,95
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
4	Яблоко	Завтрак	47,37	-	-	13,53	145	24,26
Итого (завтрак)			484,54	17,33	17	80,86	-	149,52
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/20/10	Обед	125	4	5	8	280	48,34
104.79	Фрикассе из филе кури	Обед	219	12	12	9	150	123,27
12.62	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	28,22
540.02	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,22
94.65	Батон с отрубями	Обед	65	2,5	1,25	16,25	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,84
34.96	Манник	Обед	60	2	2,5	16	50	13,05
Итого (обед)			763	25,5	23,75	104,25	-	224,27
Итого			1 247,54	42,83	40,75	185,11	-	373,79
Комплекс 5-11 классы (№2)								
104.79	Фрикассе из филе кури	Завтрак	219	12	12	9	150	123,27
12.5	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак	200	3	4	37	180	12,51
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,78
355	Йогурт фруктовый	Завтрак	73	4	8	18	125	36,33
Итого			574,67	20,33	24	83,33	-	176,94
Комплекс 5-11 классы (базовый)								
104.79	Фрикассе из филе кури	Завтрак	219	12	12	9	150	123,27
12.5	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак	200	3	4	37	180	12,51
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,78
355	Йогурт фруктовый	Завтрак	73	4	8	18	125	36,33
Итого			574,67	20,33	24	83,33	-	176,94
Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)								
125.53	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/30	Завтрак	413	16	17	41	180	121,09
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
4.79	Апельсин	Завтрак	49	-	-	12	200	52,71
Итого (завтрак)			544,67	17,33	17	72,33	-	178,71
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	290	66,27
104.79	Фрикассе из филе кури	Обед	219	12	12	9	150	123,27
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	233	4	8	41	200	39,67
540.02	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,22
94.36	Хлеб ржаной	Обед	92,8	3,2	-	12,8	40	2,94
4	Яблоко	Обед	47,37	-	-	13,53	145	24,26
Итого (обед)			928,77	34,58	31,69	102,68	-	263,63
Итого			1 473,44	51,91	48,69	175,01	-	442,34

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Обед 1-4								
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	Обед	125	4	5	8	280	48,34
	250/20/10							
104.79	Фрикассе из филе кури	Обед	219	12	12	9	150	123,27
12.62	Рис "Золотистый"/кукурза	Обед	167	2	3	29	150	28,22
	отв с маслом 100/50							
540.02	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,22
94.65	Батон с отрубями	Обед	65	2,5	1,25	16,25	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,84
34.96	Манник	Обед	60	2	2,5	16	50	13,05
Итого			763	25,5	23,75	104,25	-	224,27

Обед 5-11 классы

	Щи из свежей капусты с							
27.22	мясом со сметаной	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	290	66,27
	250/30/10							
104.79	Фрикассе из филе кури	Обед	219	12	12	9	150	123,27
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза	Обед	233	4	8	41	200	39,67
	отв с маслом							
540.02	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,22
94.65	Батон с отрубями	Обед	67,2	1,2	-	13,8	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,91
4	Яблоко	Обед	47,37	-	-	13,53	145	24,26
Итого			961,17	34,58	31,69	111,68	-	265,40

Обед ГПД

27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/5/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	265	29,60
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	67,02
12.5	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	200	3	4	37	180	20,90
540.02	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,22
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,41
Итого			914,34	37,27	30,56	100,54	-	130,88

Полдник

14.23	Макаронные изделия отварные с сыром	Полдник	186	7	5	29	180	41,93
355	Йогурт фруктовый	Полдник	73	4	8	18	125	36,33
83.19	Чай лимонный	Полдник	60	0,3	-	15,2	200	4,87
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Полдник	44,67	1,33	-	9,33	20	1,87
Итого			363,67	12,63	13	71,53	-	85,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	20.03.2026 13:06:50	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	23.03.2026 09:32:25	D24CC4E8883F8E8F8353A98DC06EB82CD1024AAE

ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"

МАОУ СОШ № 18

Меню на 26.03.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
фрукты								

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
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								
8.44	Паста Триколлини	Нет	220,8	6	3,6	36	180	28,28
39.61	Спаржа припущенная с маслом сл.	Нет	44	1	1	7	50	26,33
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,30
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
12.43	Рис припущенный	Нет	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
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								
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.	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								
113.61	Филе птицы запеченное с сыром	Нет	-	-	-	-	100	101,62
104.99	Голень кур запеченая	Нет	-	-	-	-	120	83,08
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

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
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 зеллуком 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 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
-------	------------------------------	-----	------	-----	---	------	----	------

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	20.03.2026 13:06:50	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	23.03.2026 09:32:25	D24CC4E8883F8E8F8353A98DC06EB82CD1024AAE