

Меню на 02.10.2026

| ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ                      |                                                    |            |                    |              |              |               |          |               |
|---------------------------------------------|----------------------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| № рец.                                      | Блюдо                                              | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г | Стоимость,    |
| <b>(2 смена) Обед 1-4 классы</b>            |                                                    |            |                    |              |              |               |          |               |
| 76.94                                       | Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом 2 | Обед       | 102                | 3            | 5            | 19            | 270      | 47,95         |
| 539.07                                      | Мясо в сметанном соусе                             | Обед       | 244,99             | 12,13        | 14,72        | 7,6           | 100      | 84,34         |
| 46.95                                       | Каша гречневая рассыпчатая                         | Обед       | 173                | 7            | 3            | 34            | 150      | 20,40         |
| 51.07                                       | Кисель с витаминами Витошка                        | Обед       | 70                 | -            | -            | 20            | 200      | 13,74         |
| 94.96                                       | Батон с отрубями                                   | Обед       | 54                 | 2            | 1            | 11            | 30       | 2,80          |
| 94.36                                       | Хлеб ржаной                                        | Обед       | 58,01              | 1,98         | 0,36         | 12,51         | 30       | 2,33          |
| 4.86                                        | Фрукт                                              | Обед       | 99,8               | 0,82         | 0,82         | 20,09         | 200      | 52,71         |
| <b>Итого</b>                                |                                                    |            | <b>801,8</b>       | <b>26,93</b> | <b>24,9</b>  | <b>124,2</b>  | -        | <b>224,27</b> |
| <b>(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)</b> |                                                    |            |                    |              |              |               |          |               |
| 96.52                                       | Огурец свежий "Пикантный"                          | Обед       | 76,75              | 1,01         | 6,06         | 4,79          | 100      | 38,58         |
| 76.94                                       | Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом 2 | Обед       | 102                | 3            | 5            | 19            | 270      | 47,95         |
| 539.07                                      | Мясо в сметанном соусе                             | Обед       | 244,99             | 12,13        | 14,72        | 7,6           | 100      | 84,34         |
| 46.94                                       | Каша гречневая рассыпчатая                         | Обед       | 319,11             | 8,33         | 10,19        | 54,78         | 180      | 23,26         |
| 51.07                                       | Кисель с витаминами Витошка                        | Обед       | 70                 | -            | -            | 20            | 200      | 13,74         |
| 94.96                                       | Батон с отрубями                                   | Обед       | 54                 | 2            | 1            | 11            | 30       | 2,80          |
| 94.36                                       | Хлеб ржаной                                        | Обед       | 48,35              | 1,65         | 0,3          | 10,43         | 25       | 1,93          |
| 116.93                                      | Маффин                                             | Обед       | 88,28              | 1,72         | 2,46         | 11,13         | 50       | 52,80         |
| <b>Итого</b>                                |                                                    |            | <b>1 003,48</b>    | <b>29,84</b> | <b>39,73</b> | <b>138,73</b> | -        | <b>265,40</b> |
| <b>Завтрак 1-4 классы</b>                   |                                                    |            |                    |              |              |               |          |               |
| 98.79                                       | Бутерброд с сыром 15/15                            | Завтрак    | 109                | 6            | 1            | 12            | 30       | 22,52         |
| 547.2                                       | Зраза мясная по-Уральски                           | Завтрак    | 237                | 11           | 12           | 11            | 100      | 74,88         |
| 359.04                                      | Пюре картофельное/капуста цветная с маслом         | Завтрак    | 133                | 3            | 4            | 22            | 150      | 36,05         |
| 51.07                                       | Кисель с витаминами Витошка                        | Завтрак    | 70                 | -            | -            | 20            | 200      | 13,74         |
| 94.97                                       | Хлеб крестьянский витаминный                       | Завтрак    | 78                 | 2            | -            | 16            | 25       | 2,33          |
| <b>Итого</b>                                |                                                    |            | <b>627</b>         | <b>22</b>    | <b>17</b>    | <b>81</b>     | -        | <b>149,52</b> |

| № рец.                                      | Блюдо                                                    | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г | Стоимость,    |
|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| <b>Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)</b> |                                                          |            |                    |              |              |               |          |               |
| 98.79                                       | Бутерброд с сыром 15/15                                  | Завтрак    | 109                | 6            | 1            | 12            | 30       | 22,52         |
| 547.2                                       | Зрза мясная по-Уральски                                  | Завтрак    | 237                | 11           | 12           | 11            | 100      | 74,88         |
| 359.04                                      | Пюре картофельное/капуста<br>цветная с маслом            | Завтрак    | 133                | 3            | 4            | 22            | 150      | 36,05         |
| 51.07                                       | Кисель с витаминами<br>Витошка                           | Завтрак    | 70                 | -            | -            | 20            | 200      | 13,74         |
| 94.93                                       | Хлеб крестьянский<br>витаминный                          | Завтрак    | 33,58              | 0,99         | 0,1          | 7,03          | 15       | 1,40          |
| 94.36                                       | Хлеб ржаной                                              | Завтрак    | 58,01              | 1,98         | 0,36         | 12,51         | 30       | 2,33          |
| <b>Итого (завтрак)</b>                      |                                                          |            | <b>640,59</b>      | <b>22,97</b> | <b>17,46</b> | <b>84,54</b>  | -        | <b>150,92</b> |
| 76.94                                       | Суп картофельный с<br>макаронными изделиями с<br>мясом 2 | Обед       | 102                | 3            | 5            | 19            | 270      | 47,95         |
| 539.07                                      | Мясо в сметанном соусе                                   | Обед       | 244,99             | 12,13        | 14,72        | 7,6           | 100      | 84,34         |
| 46.95                                       | Каша гречневая рассыпчатая                               | Обед       | 173                | 7            | 3            | 34            | 150      | 20,40         |
| 555.21                                      | Напиток из яблок                                         | Обед       | 88                 | 1            | -            | 23            | 200      | 10,18         |
| 94.96                                       | Батон с отрубями                                         | Обед       | 90                 | 3,33         | 1,67         | 18,33         | 50       | 4,66          |
| 94.36                                       | Хлеб ржаной                                              | Обед       | 67,68              | 2,31         | 0,42         | 14,6          | 35       | 2,63          |
| 4.86                                        | Банан                                                    | Обед       | 99,8               | 0,82         | 0,82         | 20,09         | 200      | 52,71         |
| <b>Итого (обед)</b>                         |                                                          |            | <b>865,47</b>      | <b>29,59</b> | <b>25,63</b> | <b>136,62</b> | -        | <b>222,87</b> |
| <b>Итого</b>                                |                                                          |            | <b>1 506,06</b>    | <b>52,56</b> | <b>43,09</b> | <b>221,16</b> | -        | <b>373,79</b> |
| <b>Комплекс 5-11 классы (№2)</b>            |                                                          |            |                    |              |              |               |          |               |
| 539.07                                      | Мясо в сметанном соусе                                   | Завтрак    | 244,99             | 12,13        | 14,72        | 7,6           | 100      | 84,34         |
| 46.94                                       | Каша гречневая рассыпчатая                               | Завтрак    | 319,11             | 8,33         | 10,19        | 54,78         | 180      | 23,26         |
| 51.07                                       | Кисель с витаминами<br>Витошка                           | Завтрак    | 70                 | -            | -            | 20            | 200      | 13,74         |
| 94.52                                       | Хлеб крестьянский<br>витаминный                          | Завтрак    | 67,17              | 1,98         | 0,2          | 14,07         | 30       | 2,80          |
| 116.93                                      | Маффин                                                   | Завтрак    | 88,28              | 1,72         | 2,46         | 11,13         | 50       | 52,80         |
| <b>Итого</b>                                |                                                          |            | <b>789,55</b>      | <b>24,16</b> | <b>27,57</b> | <b>107,58</b> | -        | <b>176,94</b> |
| <b>Комплекс 5-11 классы (базовый)</b>       |                                                          |            |                    |              |              |               |          |               |
| 539.07                                      | Мясо в сметанном соусе                                   | Завтрак    | 244,99             | 12,13        | 14,72        | 7,6           | 100      | 84,34         |
| 46.94                                       | Каша гречневая рассыпчатая                               | Завтрак    | 319,11             | 8,33         | 10,19        | 54,78         | 180      | 23,26         |
| 51.07                                       | Кисель с витаминами<br>Витошка                           | Завтрак    | 70                 | -            | -            | 20            | 200      | 13,74         |
| 94.52                                       | Хлеб крестьянский<br>витаминный                          | Завтрак    | 67,17              | 1,98         | 0,2          | 14,07         | 30       | 2,80          |
| 116.93                                      | Маффин                                                   | Завтрак    | 88,28              | 1,72         | 2,46         | 11,13         | 50       | 52,80         |
| <b>Итого</b>                                |                                                          |            | <b>789,55</b>      | <b>24,16</b> | <b>27,57</b> | <b>107,58</b> | -        | <b>176,94</b> |

| № рец.                                       | Блюдо                                                    | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г | Стоимость,    |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| <b>Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)</b> |                                                          |            |                    |              |              |               |          |               |
| 98.79                                        | Бутерброд с сыром 15/15                                  | Завтрак    | 109                | 6            | 1            | 12            | 30       | 22,52         |
| 547.2                                        | Зраза мясная по-Уральски                                 | Завтрак    | 237                | 11           | 12           | 11            | 100      | 72,30         |
| 359.03                                       | Картофельное пюре/капуста<br>цветная отварная с масло    | Завтрак    | 177                | 4            | 5            | 29            | 200      | 51,28         |
| 51.07                                        | Кисель с витаминами<br>Витошка                           | Завтрак    | 70                 | -            | -            | 20            | 200      | 13,74         |
| 94.97                                        | Хлеб крестьянский<br>витаминный                          | Завтрак    | 78                 | 2            | -            | 16            | 25       | 2,33          |
| 4                                            | Яблоко                                                   | Завтрак    | 32,45              | 0,27         | 0,27         | 7,73          | 100      | 17,93         |
| <b>Итого (завтрак)</b>                       |                                                          |            | <b>703,45</b>      | <b>23,27</b> | <b>18,27</b> | <b>95,73</b>  | -        | <b>180,10</b> |
| 96.52                                        | Огурец свежий "Пикантный"                                | Обед       | 76,75              | 1,01         | 6,06         | 4,79          | 100      | 38,58         |
| 76.94                                        | Суп картофельный с<br>макаронными изделиями с<br>мясом 2 | Обед       | 102                | 3            | 5            | 19            | 270      | 47,95         |
| 539.07                                       | Мясо в сметанном соусе                                   | Обед       | 244,99             | 12,13        | 14,72        | 7,6           | 100      | 84,34         |
| 46.94                                        | Каша гречневая рассыпчатая                               | Обед       | 319,11             | 8,33         | 10,19        | 54,78         | 180      | 23,26         |
| 555.21                                       | Напиток из яблок                                         | Обед       | 88                 | 1            | -            | 23            | 200      | 10,18         |
| 94.96                                        | Батон с отрубями                                         | Обед       | 54                 | 2            | 1            | 11            | 30       | 2,80          |
| 94.36                                        | Хлеб ржаной                                              | Обед       | 58,01              | 1,98         | 0,36         | 12,51         | 30       | 2,33          |
| 116.93                                       | Маффин                                                   | Обед       | 88,28              | 1,72         | 2,46         | 11,13         | 50       | 52,80         |
| <b>Итого (обед)</b>                          |                                                          |            | <b>1 031,14</b>    | <b>31,17</b> | <b>39,79</b> | <b>143,81</b> | -        | <b>262,24</b> |
| <b>Итого</b>                                 |                                                          |            | <b>1 734,59</b>    | <b>54,44</b> | <b>58,06</b> | <b>239,54</b> | -        | <b>442,34</b> |
| <b>Обед 1-4</b>                              |                                                          |            |                    |              |              |               |          |               |
| 76.94                                        | Суп картофельный с<br>макаронными изделиями с<br>мясом 2 | Обед       | 102                | 3            | 5            | 19            | 270      | 47,95         |
| 539.07                                       | Мясо в сметанном соусе                                   | Обед       | 244,99             | 12,13        | 14,72        | 7,6           | 100      | 84,34         |
| 46.95                                        | Каша гречневая рассыпчатая                               | Обед       | 173                | 7            | 3            | 34            | 150      | 20,40         |
| 51.07                                        | Кисель с витаминами<br>Витошка                           | Обед       | 70                 | -            | -            | 20            | 200      | 13,74         |
| 94.96                                        | Батон с отрубями                                         | Обед       | 54                 | 2            | 1            | 11            | 30       | 2,80          |
| 94.36                                        | Хлеб ржаной                                              | Обед       | 58,01              | 1,98         | 0,36         | 12,51         | 30       | 2,33          |
| 4.86                                         | Банан                                                    | Обед       | 99,8               | 0,82         | 0,82         | 20,09         | 200      | 52,71         |
| <b>Итого</b>                                 |                                                          |            | <b>801,8</b>       | <b>26,93</b> | <b>24,9</b>  | <b>124,2</b>  | -        | <b>224,27</b> |
| <b>Обед 5-11 классы</b>                      |                                                          |            |                    |              |              |               |          |               |
| 96.52                                        | Огурец свежий "Пикантный"                                | Обед       | 76,75              | 1,01         | 6,06         | 4,79          | 100      | 38,58         |
| 76.94                                        | Суп картофельный с<br>макаронными изделиями с<br>мясом 2 | Обед       | 102                | 3            | 5            | 19            | 270      | 47,95         |
| 539.07                                       | Мясо в сметанном соусе                                   | Обед       | 244,99             | 12,13        | 14,72        | 7,6           | 100      | 84,34         |
| 46.94                                        | Каша гречневая рассыпчатая                               | Обед       | 319,11             | 8,33         | 10,19        | 54,78         | 180      | 23,26         |
| 51.07                                        | Кисель с витаминами<br>Витошка                           | Обед       | 70                 | -            | -            | 20            | 200      | 13,74         |
| 94.96                                        | Батон с отрубями                                         | Обед       | 54                 | 2            | 1            | 11            | 30       | 2,80          |
| 94.36                                        | Хлеб ржаной                                              | Обед       | 48,35              | 1,65         | 0,3          | 10,43         | 25       | 1,93          |
| 116.93                                       | Маффин                                                   | Обед       | 88,28              | 1,72         | 2,46         | 11,13         | 50       | 52,80         |
| <b>Итого</b>                                 |                                                          |            | <b>1 003,48</b>    | <b>29,84</b> | <b>39,73</b> | <b>138,73</b> | -        | <b>265,40</b> |
| <b>Полдник</b>                               |                                                          |            |                    |              |              |               |          |               |
| 63.6                                         | Плов из мяса с томатом с<br>куркумой                     | Полдник    | 353                | 15           | 17           | 37            | 200      | 80,87         |
| 361.02                                       | Чай с сахаром                                            | Полдник    | 38                 | -            | -            | 10            | 200      | 3,14          |
| 33.1                                         | Хлеб                                                     | Полдник    | -                  | -            | -            | -             | 15       | 0,99          |
| <b>Итого</b>                                 |                                                          |            | <b>391</b>         | <b>15</b>    | <b>17</b>    | <b>47</b>     | -        | <b>85,00</b>  |

| ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ |                             |                      |                                           |
|---------------------|-----------------------------|----------------------|-------------------------------------------|
| Организация         | ФИО                         | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
| ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"  | КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА  | 29.09.2026 14:35:04  | 5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58  |
| МАОУ СОШ № 18       | Шинкевич Елена Владимировна | 29.09.2026 16:36:38  | D24CC4E8883F8E8F8353A98DC06EB82CD1024AAE  |