Меню на 12.11.2026

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 250/10/5	Обед	125	4	5	8	265	32,70
104.79	Фрикассе из филе куры	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	75,39
12.89	Рис "Золотистый"/кукурза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	49,27
540.44	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,29
94.87	Батон с отрубями	Обед	67	2	1	13	25	4,04
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	2,78
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**793,09**	**26,54**	**26,33**	**96,05**	-	**224,27**
(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)								
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/30/5	Обед	125	4	5	8	285	64,72
104.79	Фрикассе из филе куры	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	75,39
12.88	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	263	4	8	41	200	51,25
540.44	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,29
94.65	Батон с отрубями	Обед	133,83	4,5	1,5	26,9	50	8,07
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58,01	1,98	0,36	12,51	30	3,33
4.86	Банан	Обед	104,79	0,86	0,86	21,09	210	55,35
Итого			**972,44**	**30,16**	**30,59**	**136,42**	-	**265,40**
Завтрак 1-4 классы								
125.53	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/25	Завтрак	323	15,41	17,37	40,72	175	118,77
361.02	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	3,41
4	Фрукт	Завтрак	43,81	0,36	0,36	10,44	135	24,20
Итого			**471,81**	**17,77**	**17,73**	**75,16**	-	**149,52**
Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)								
125.53	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/25	Завтрак	323	15,41	17,37	40,72	175	118,77
361.02	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	3,41
4	Яблоко	Завтрак	44,1	0,36	0,36	10,8	135	24,20
Итого (завтрак)			**472,1**	**17,77**	**17,73**	**75,52**	-	**149,52**
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/10/5	Обед	125	4	5	8	265	32,70
104.79	Фрикассе из филе куры	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	75,39
12.89	Рис "Золотистый"/кукурза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	49,27
540.44	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,29
94.87	Батон с отрубями	Обед	67	2	1	13	25	4,04
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	2,78
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого (обед)			**793,09**	**26,54**	**26,33**	**96,05**	-	**224,27**
Итого			**1 265,19**	**44,31**	**44,06**	**171,57**	-	**373,79**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Комплекс 5-11 классы (№2)								
104.79	Фрикассе из филе куры	Завтрак	218,81	13,82	14,87	8,92	100	75,39
12.88	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Завтрак	263	4	8	41	200	51,25
83.48	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,99
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	133,83	4,5	1,5	26,9	35	5,65
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58,01	1,98	0,36	12,51	30	3,33
355	Йогурт фруктовый	Завтрак	73	4	8	18	125	36,33
Итого			**806,65**	**28,6**	**32,73**	**122,53**	-	**176,94**
Комплекс 5-11 классы (базовый)								
104.79	Фрикассе из филе куры	Завтрак	218,81	13,82	14,87	8,92	100	75,39
12.88	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Завтрак	263	4	8	41	200	51,25
83.48	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,99
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	133,83	4,5	1,5	26,9	35	5,65
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58,01	1,98	0,36	12,51	30	3,33
355	Йогурт фруктовый	Завтрак	73	4	8	18	125	36,33
Итого			**806,65**	**28,6**	**32,73**	**122,53**	-	**176,94**
Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)								
125.11	Запеканка из творога со сгущенным молоком 200/20	Завтрак	481,99	16,54	17,37	42,52	220	153,96
361.02	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	3,41
4	Яблоко	Завтрак	37,57	0,31	0,31	9,2	115	24,20
Итого (завтрак)			**624,56**	**18,85**	**17,68**	**75,72**	-	**184,71**
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/25/5	Обед	125	4	5	8	280	56,95
104.79	Фрикассе из филе куры	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	75,39
12.88	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	263	4	8	41	200	51,25
540.44	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,29
94.65	Батон с отрубями	Обед	133,83	4,5	1,5	26,9	50	8,07
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58,01	1,98	0,36	12,51	30	3,33
4.86	Банан	Обед	104,79	0,86	0,86	21,09	210	55,35
Итого (обед)			**972,44**	**30,16**	**30,59**	**136,42**	-	**257,63**
Итого			**1 597**	**49,01**	**48,27**	**212,14**	-	**442,34**
Обед 1-4								
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/10/5	Обед	125	4	5	8	265	32,70
104.79	Фрикассе из филе куры	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	75,39
12.89	Рис "Золотистый"/кукурза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	49,27
540.44	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,29
94.87	Батон с отрубями	Обед	67	2	1	13	25	4,04
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	2,78
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**793,09**	**26,54**	**26,33**	**96,05**	-	**224,27**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость,
Обед 5-11 классы								
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/30/5	Обед	125	4	5	8	285	64,72
104.79	Фрикассе из филе куры	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	75,39
12.88	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	263	4	8	41	200	51,25
540.44	Напиток из кураги	Обед	69	1	-	18	200	7,29
94.65	Батон с отрубями	Обед	133,83	4,5	1,5	26,9	50	8,07
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58,01	1,98	0,36	12,51	30	3,33
4.86	Банан	Обед	104,79	0,86	0,86	21,09	210	55,35
Итого			**972,44**	**30,16**	**30,59**	**136,42**	-	**265,40**
Полдник								
14.45	Макаронные изделия отварные с сыром	Полдник	186	7	5	29	180	40,30
355	Йогурт фруктовый	Полдник	73	4	8	18	125	36,33
83.48	Чай лимонный	Полдник	60	0,3	-	15,2	200	4,96
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Полдник	67	2	-	14	30	3,41
Итого			**386**	**13,3**	**13**	**76,2**	-	**85,00**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	05.11.2026 14:15:26	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ СОШ № 18	Шинкевич Елена Владимировна	09.11.2026 09:28:28	D24CC4E8883F8E8F8353A98DC06EB82CD1024AAE