

Меню на 21.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4 классы инвалиды								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
-	Гуляш	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	60,56
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,30
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Завтрак	38,68	1,32	0,24	6,68	20	2,90
Итого (завтрак)			746,14	23,32	29,98	97,73	-	106,16
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/10/5	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	265	30,66
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	105,50
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	11,59
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,86
Итого (обед)			595,67	20,59	22,34	66,72	-	165,43
Итого			1 341,81	43,91	52,32	164,45	-	271,59

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 классы инвалиды								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Гуляш	Завтрак	331,75	18,33	15,53	14,05	150	90,88
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,30
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Завтрак	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
-	Хлеб ржаной	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,95
Итого (завтрак)			836,33	30,32	29,2	102,92	-	132,68
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	61,4	0,81	4,85	3,83	40	15,41
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Обед	261,22	13,95	13,6	13,32	270	51,49
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	105,50
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	11,59
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	2,40
Итого (обед)			640,09	21,91	23,09	73,78	-	188,72
Итого			1 476,42	52,23	52,29	176,7	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 классы обед льгота								
-	Бутерброд с джемом 15/20	Обед	108,57	5,6	4,15	11,68	35	14,13
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Обед	261,22	13,95	13,6	13,32	270	51,49
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	105,50
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	11,59
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	122,5	3,8	0,3	26,14	60	5,47
-	Хлеб ржаной	Обед	116,04	3,96	0,72	20,04	60	4,66
Итого			787,73	29,91	22,75	101,89	-	192,84
5-11 классы усиленный полдник род.плата								
-	Бутерброд с джемом 15/20	Обед	108,57	5,6	4,15	11,68	35	14,13
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	105,50
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,77
-	Хлеб ржаной	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
Итого			411,54	12,82	8,78	66,68	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
завтрак 1-4 классы								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	61,4	0,81	4,85	3,83	40	15,41
-	Гуляш	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	60,56
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,30
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Завтрак	38,68	1,32	0,24	6,68	20	1,52
Итого			761,49	23,52	31,19	98,69	-	108,64
завтрак 5-11 классы льгота								
-	Бутерброд с джемом 15/20	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	35	14,13
-	Рагу из мяса с овощами	Завтрак	110,4	2,5	3,98	14,61	250	105,50
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,77
-	Хлеб ржаной	Завтрак	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
Итого			411,54	12,82	8,78	66,68	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
завтрак 5-11 классы род.плата								
-	Бутерброд с джемом 15/20	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	35	14,13
-	Рагу из мяса с овощами	Завтрак	110,4	2,5	3,98	14,61	250	105,50
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминовый	Завтрак	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,77
-	Хлеб ржаной	Завтрак	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
Итого			411,54	12,82	8,78	66,68	-	128,56
обед 1-4 классы								
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/10/5	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	265	30,66
-	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	105,50
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	-	16,1	200	11,59
-	Хлеб крестьянский витаминовый	Обед	51,04	1,58	0,12	10,89	25	2,33
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	3,23
Итого			580,32	20,39	21,13	65,77	-	162,95

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	16.10.2025 10:47:33	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ СОШ № 138	Каюмова Анна Александровна	16.10.2025 13:58:45	1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ СОШ № 138

Меню на 21.10.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Супы								
-	Борщ с мясом со сметаной 250/15/10	Нет	198,8	8,03	15,42	16,54	275	40,56
Гарниры								
-	Рагу из мяса с овощами	Нет	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,53
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	18,41
Блюда из мяса								
-	Гуляш	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	64,69
Напитки								
-	Чай лимонный	Нет	60	0,3	-	15,2	200	5,60
-	Чай с сахаром	Нет	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
Мучные изделия								
-	Булочка "Дорожная"	Нет	80	2,5	3	50	100	38,23
-	Булочка домашняя	Нет	310,29	5,28	11,09	47,35	100	27,04

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
-	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Нет	128	4,5	2,85	1,25	100	24,96

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	16.10.2025 10:47:33	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 138	Каюмова Анна Александровна	16.10.2025 13:58:45	1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA