

## Меню на 13.01.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>5-11 классы усиленный полдник род.плата</b>								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	77,05	0,81	4,95	7,32	100	23,94
43	Суфле - фиш	Обед	198	11	14	17	100	74,63
7.79	Пюре картофельное	Обед	159,09	3,72	4,39	24,11	180	30,21
62	Напиток из шиповника	Обед	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,28
34.49	Булочка "Дорожная"	Обед	80	2,5	3	50	100	35,85
<b>Итого</b>			<b>626,12</b>	<b>19,69</b>	<b>26,51</b>	<b>125,16</b>	-	<b>176,94</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>1-4 классы инвалиды</b>								
422.48	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	199	11	11	12	130	68,98
8.44	Паста Трикаллини	Завтрак	184	5	3	34	150	23,56
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,26
4.86	Банан	Завтрак	84,83	0,7	0,7	17,08	170	44,69
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>579,81</b>	<b>18,36</b>	<b>14,87</b>	<b>89,81</b>	-	<b>149,52</b>
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	65,49	0,69	4,21	6,22	85	20,34
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	285	54,93
43.68	Суфле - фиш с маслом	Обед	198	11	14	17	110	93,24
7.79	Пюре картофельное	Обед	132,57	3,1	3,66	20,09	150	25,19
540.03	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.65	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,66
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,84
<b>Итого (обед)</b>			<b>852,81</b>	<b>29,13</b>	<b>37,62</b>	<b>114,3</b>	-	<b>224,27</b>
<b>Итого</b>			<b>1 432,62</b>	<b>47,49</b>	<b>52,49</b>	<b>204,11</b>	-	<b>373,79</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>5-11 классы инвалиды</b>								
422.48	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	199	11	11	12	130	68,98
8.44	Паста Трикаллини	Завтрак	220,8	6	3,6	40,8	180	28,28
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
4.86	Банан	Завтрак	84,83	0,7	0,7	17,08	170	44,69
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>627,8</b>	<b>19,69</b>	<b>15,5</b>	<b>98,95</b>	-	<b>154,78</b>
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	77,05	0,81	4,95	7,32	100	23,94
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	285	54,93
43.68	Суфле - фиш с маслом	Обед	198	11	14	17	110	93,24
7.79	Пюре картофельное	Обед	159,09	3,72	4,39	24,11	180	30,21
540.03	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.65	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,15
34.49	Булочка "Дорожная"	Обед	80	2,5	3	50	100	35,85
4	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
<b>Итого (обед)</b>			<b>937,46</b>	<b>31,08</b>	<b>42,49</b>	<b>171,44</b>	-	<b>287,56</b>
<b>Итого</b>			<b>1 565,26</b>	<b>50,77</b>	<b>57,99</b>	<b>270,39</b>	-	<b>442,34</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>5-11 классы обед льгота</b>								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	77,05	0,81	4,95	7,32	100	23,94
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	285	54,93
43.68	Суфле - фиш с маслом	Обед	198	11	14	17	110	93,24
7.79	Пюре картофельное	Обед	159,09	3,72	4,39	24,11	180	30,21
540.03	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.65	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,30
34.49	Булочка "Дорожная"	Обед	80	2,5	3	50	100	35,85
<b>Итого</b>			<b>892,12</b>	<b>29,98</b>	<b>41,89</b>	<b>153,75</b>	-	<b>265,40</b>
<b>ГПД 1-4 классы обед</b>								
32.36	Борщ со сметаной 250/10	Обед	142,8	2,63	11,62	16,54	260	20,55
43	Суфле - фиш	Обед	198	11	14	17	100	74,63
7.79	Пюре картофельное	Обед	132,57	3,1	3,66	20,09	150	25,19
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,53
<b>Итого</b>			<b>600,7</b>	<b>19,4</b>	<b>29,28</b>	<b>82,3</b>	-	<b>126,95</b>

№ рецепт.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>ГПД 1-4 классы обед, полдник</b>								
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	285	54,93
43	Суфле - фиш	Обед	198	11	14	17	100	74,63
7.79	Пюре картофельное	Обед	132,57	3,1	3,66	20,09	150	25,19
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.65	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	1,89
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
<b>Итого (обед)</b>			<b>701,52</b>	<b>26,12</b>	<b>33,25</b>	<b>91,69</b>	-	<b>162,95</b>
34.49	Булочка "Дорожная"	Полдник	80	2,5	3	50	100	35,85
361	Чай с сахаром	Полдник	38	-	-	10	200	3,05
4	Яблоко	Полдник	14,01	0,3	0,3	7,35	75	12,04
<b>Итого (полдник)</b>			<b>132,01</b>	<b>2,8</b>	<b>3,3</b>	<b>67,35</b>	-	<b>50,94</b>
<b>Итого</b>			<b>833,53</b>	<b>28,92</b>	<b>36,55</b>	<b>159,04</b>	-	<b>213,89</b>
<b>завтрак 1-4 классы</b>								
422.48	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	199	11	11	12	130	68,98
8.44	Паста Трикаллини	Завтрак	184	5	3	34	150	23,56
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,26
4.86	Банан	Завтрак	84,83	0,7	0,7	17,08	170	44,69
<b>Итого</b>			<b>579,81</b>	<b>18,36</b>	<b>14,87</b>	<b>89,81</b>	-	<b>149,52</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>завтрак 5-11 классы льгота</b>								
67.97	Салат из квашеной капусты	Завтрак	77,05	0,81	4,95	7,32	100	23,94
43	Суфле - фиш	Завтрак	198	11	14	17	100	74,63
7.79	Пюре картофельное	Завтрак	159,09	3,72	4,39	24,11	180	30,21
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,28
34.49	Булочка "Дорожная"	Завтрак	80	2,5	3	50	100	35,85
<b>Итого</b>			<b>626,12</b>	<b>19,69</b>	<b>26,51</b>	<b>125,16</b>	-	<b>176,94</b>
<b>завтрак 5-11 классы род.плата</b>								
67.97	Салат из квашеной капусты	Завтрак	77,05	0,81	4,95	7,32	100	23,94
43	Суфле - фиш	Завтрак	198	11	14	17	100	74,63
7.79	Пюре картофельное	Завтрак	159,09	3,72	4,39	24,11	180	30,21
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,28
34.49	Булочка "Дорожная"	Завтрак	80	2,5	3	50	100	35,85
<b>Итого</b>			<b>626,12</b>	<b>19,69</b>	<b>26,51</b>	<b>125,16</b>	-	<b>176,94</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>обед 1-4 классы</b>								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	65,49	0,69	4,21	6,22	85	20,34
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	285	54,93
43.68	Суфле - фиш с маслом	Обед	198	11	14	17	110	93,24
7.79	Пюре картофельное	Обед	132,57	3,1	3,66	20,09	150	25,19
540.03	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.65	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,66
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,84
<b>Итого</b>			<b>852,81</b>	<b>29,13</b>	<b>37,62</b>	<b>114,3</b>	-	<b>224,27</b>

### ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	09.01.2026 13:51:24	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 138	Каюмова Анна Александровна	09.01.2026 13:57:05	1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA
<b>ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"</b>			<b>МАОУ СОШ № 138</b>

### Меню на 13.01.2026

#### СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>фрукты</b>								
4	Яблоко	Нет	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
<b>закуска</b>								
67.97	Салат из квашеной капусты	Нет	77,05	0,81	4,95	7,32	100	23,94

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>Супы</b>								
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Нет	198,8	8,03	15,42	16,54	285	54,93
<b> гарнир</b>								
7.79	Пюре картофельное	Нет	159,09	3,72	4,39	24,11	180	30,21
<b>напиток</b>								
540.03	Напиток Ягодный драйф	Нет	88	1	-	23	200	24,07
85.28	Чай с сахаром	Нет	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
<b>Мучные изделия</b>								
34.49	Булочка "Дорожная"	Нет	80	2,5	3	50	100	35,85
<b>гор.напиток</b>								
62	Напиток из шиповника	Нет	56	-	-	15	200	10,03
<b>2 блюдо</b>								
422.48	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Нет	199	11	11	12	130	68,98
43	Суфле - фиш	Нет	198	11	14	17	100	74,63
<b>булочное</b>								
368	Вафли	Нет	154	2	4	14	22	10,40
<b>Напитки</b>								
369	Чай лимонный	Нет	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	09.01.2026 13:51:24	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ СОШ № 138	Каюмова Анна Александровна	09.01.2026 13:57:05	1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA