

### Меню на 16.01.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>5-11 классы усиленный полдник род.плата</b>								
35.98	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	98,89
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	207,6	8,4	3,6	40,8	180	25,30
1.03	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	92,8	3,2	-	12,8	40	3,03
34.83	Манник	Обед	316,94	6,52	7,7	56,67	100	25,07
<b>Итого</b>			<b>1 026,98</b>	<b>33,58</b>	<b>26,22</b>	<b>154,8</b>	-	<b>176,94</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>1-4 классы инвалиды</b>								
98.79	Бутерброд с сыром 30/20	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	50	29,03
547	Зрза мясная по-Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	66,24
7.7	Пюре картофельное	Завтрак	132,59	3,15	3,75	20,37	150	25,38
39.17	Капуста цветная отварная с маслом сливочным	Завтрак	132,59	1,04	1,23	7,36	50	22,31
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	4,40
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,16
321.04	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>817,93</b>	<b>25,75</b>	<b>27,51</b>	<b>84,95</b>	-	<b>161,07</b>
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/30	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	280	54,76
35.98	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	98,89
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	21,07
555.01	Напиток из яблок	Обед	88	1	-	23	200	9,72
94.87	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,96
4	Яблоко	Обед	25,22	0,54	0,54	13,23	135	22,59
<b>Итого (обед)</b>			<b>844,04</b>	<b>33,72</b>	<b>27,95</b>	<b>125,19</b>	-	<b>212,72</b>
<b>Итого</b>			<b>1 661,97</b>	<b>59,47</b>	<b>55,46</b>	<b>210,14</b>	-	<b>373,79</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>5-11 классы инвалиды</b>								
98.79	Бутерброд с сыром 30/20	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	50	29,03
547	Зрза мясная по-Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	66,24
7.7	Пюре картофельное	Завтрак	132,59	3,15	3,75	20,37	150	25,38
39.17	Капуста цветная отварная с маслом сливочным	Завтрак	132,59	1,04	1,23	7,36	50	22,31
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	4,40
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>805,38</b>	<b>26,14</b>	<b>23,87</b>	<b>89,08</b>	-	<b>151,09</b>
321.01	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,59
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/30	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	280	54,76
35.98	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	98,89
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	207,6	8,4	3,6	40,8	180	25,30
555.01	Напиток из яблок	Обед	88	1	-	23	200	9,72
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
94.87	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,17
34.83	Манник	Обед	316,94	6,52	7,7	56,67	100	25,07
4.16	Апельсины	Обед	97,36	0,8	0,8	19,6	200	52,58
<b>Итого (обед)</b>			<b>1 287,69</b>	<b>41,12</b>	<b>42,48</b>	<b>189,59</b>	-	<b>291,25</b>
<b>Итого</b>			<b>2 093,07</b>	<b>67,26</b>	<b>66,35</b>	<b>278,67</b>	-	<b>442,34</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>5-11 классы обед льгота</b>								
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/30	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	280	54,76
35.98	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	98,89
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	207,6	8,4	3,6	40,8	180	25,30
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	4,40
34.83	Манник	Обед	316,94	6,52	7,7	56,67	100	25,07
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
4.16	Апельсины	Обед	97,36	0,8	0,8	19,6	200	52,58
<b>Итого</b>			<b>1 215,13</b>	<b>39,78</b>	<b>36,25</b>	<b>186,4</b>	-	<b>265,40</b>
<b>ГПД 1-4 классы обед</b>								
76.57	Суп картоф.с макар.изделиями	Обед	7,59	8,95	19,31	163,27	250	15,39
35.98	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	85,41
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	161,47	6,53	2,8	31,73	140	19,68
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	4,40
94.87	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,07
<b>Итого</b>			<b>540,03</b>	<b>29,27</b>	<b>37</b>	<b>234,33</b>	-	<b>126,95</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>ГПД 1-4 классы обед,полдник</b>								
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/15	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	265	36,11
35.98	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	98,89
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	21,07
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	4,40
94.87	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,48
<b>Итого (обед)</b>			<b>720,43</b>	<b>29,52</b>	<b>27,35</b>	<b>96,27</b>	-	<b>162,95</b>
34.58	Булочка домашняя	Полдник	310,29	5,28	11,09	47,35	100	25,50
369	Чай лимонный	Полдник	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
4	Яблоко	Полдник	58,8	-	-	14,4	120	19,84
<b>Итого (полдник)</b>			<b>407,75</b>	<b>5,4</b>	<b>11,11</b>	<b>71,58</b>	-	<b>50,94</b>
<b>Итого</b>			<b>1 128,18</b>	<b>34,92</b>	<b>38,46</b>	<b>167,85</b>	-	<b>213,89</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>завтрак 1-4 классы</b>								
98.79	Бутерброд с сыром 30/20	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	50	29,03
547	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	66,24
7.7	Пюре картофельное	Завтрак	132,59	3,15	3,75	20,37	150	25,38
39.17	Капуста цветная отварная с маслом сливочным	Завтрак	132,59	1,04	1,23	7,36	50	22,31
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	4,40
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,16
<b>Итого</b>			<b>771,88</b>	<b>25,14</b>	<b>23,87</b>	<b>82,08</b>	-	<b>149,52</b>
<b>завтрак 5-11 классы льгота</b>								
35.98	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	244,99	12,13	14,72	7,6	100	98,89
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	207,6	8,4	3,6	40,8	180	25,30
1.03	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	92,8	3,2	-	12,8	40	3,03
34.83	Манник	Завтрак	316,94	6,52	7,7	56,67	100	25,07
<b>Итого</b>			<b>1 026,98</b>	<b>33,58</b>	<b>26,22</b>	<b>154,8</b>	-	<b>176,94</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>завтрак 5-11 классы род.плата</b>								
35.98	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	244,99	12,13	14,72	7,6	100	98,89
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	207,6	8,4	3,6	40,8	180	25,30
1.03	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	92,8	3,2	-	12,8	40	3,03
34.83	Манник	Завтрак	316,94	6,52	7,7	56,67	100	25,07
<b>Итого</b>			<b>1 026,98</b>	<b>33,58</b>	<b>26,22</b>	<b>154,8</b>	-	<b>176,94</b>

#### **обед 1-4 классы**

321.01	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	17,98
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/30	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	280	54,76
35.98	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	98,89
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	21,07
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	4,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	2,62
94.87	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
4	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
<b>Итого</b>			<b>841,09</b>	<b>32,55</b>	<b>30,9</b>	<b>119,41</b>	-	<b>224,27</b>

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	14.01.2026 13:31:40	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"			МАОУ СОШ № 138

**Меню на 16.01.2026**

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Супы								
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/30	Нет	165,27	8,4	9,43	20,6	280	54,76
гарнир								
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	173	7	3	34	150	21,07
39.17	Капуста цветная отварная с маслом сливочным	Нет	132,59	1,04	1,23	7,36	50	22,31
7.7	Пюре картофельное	Нет	132,59	3,15	3,75	20,37	150	25,38
Блюда из мяса								
35.98	Мясо в сметанном соусе	Нет	244,99	12,13	14,72	7,6	100	98,89
напиток								
555.01	Напиток из яблок	Нет	88	1	-	23	200	9,72
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Нет	70	-	-	20	200	4,40
1.03	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
Мучные изделия								
34.83	Манник	Нет	316,94	6,52	7,7	56,67	100	25,07



№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Нет	55,83	1,67	-	11,67	25	2,16

2 блюдо

547	Зраза мясная по-Уральски	Нет	237	11	12	11	100	66,24
-----	--------------------------	-----	-----	----	----	----	-----	-------

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	14.01.2026 13:31:40	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D