

Меню на 19.01.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы усиленный полдник род.плата								
98.79	Бутерброд с сыром 15/25	Обед	143,87	8,28	6,89	11,68	40	34,95
535.01	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,66
12.43	Рис припущенный	Обед	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
85.28	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский	Обед	67	2	-	14	30	2,61
	витаминный							
161.1	Блины классические со сгущенным молоком	Обед	106	3	3	5	60	24,47
Итого			827,93	28,82	26,72	102,56	-	176,94

№ рецепт.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4 классы инвалиды								
98.18	Бутерброд с маслом с сыром 25/10/20	Завтрак	199	7	13	14	55	47,34
50.17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	206	6	5	35	210	32,70
533	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	17,69
369	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,95
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	100,76	2,98	0,3	21,11	45	3,89
368.01	Вафли	Завтрак	77	1	2	7	22	10,40
4.23	Мандарин	Завтрак	69,6	-	-	16,8	120	31,55
Итого (завтрак)			712,02	17,1	20,32	108,74	-	149,52
321.04	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	69,08	0,91	5,45	4,31	45	17,34
Суп картофельный с								
75.2	бобовыми с мясом с гренками 250	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	49,72
535.01	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,66
12.43	Рис припущеный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	17,66
53.3	Напиток из ягод Ассорти	Обед	46	-	-	12	200	12,83
94.65	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	2,96
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,55
4.23	Мандарин	Обед	69,6	-	-	16,8	120	31,55
Итого (обед)			1 057	37,51	34,85	137,73	-	224,27
Итого			1 769,02	54,61	55,17	246,47	-	373,79

№ рецепт.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы инвалиды								
98.18	Хлеб с маслом и сыром 25/10/30	Завтрак	217,32	9,04	14,65	11,81	65	60,98
50.17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	206	6	5	35	210	32,70
533	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	17,69
369	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,95
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,07
368.01	Вафли	Завтрак	77	1	2	7	22	10,40
4.23	Мандарин	Завтрак	69,6	-	-	16,8	120	31,55
Итого (завтрак)			730,34	19,14	21,97	106,55	-	163,34
98.79	Бутерброд с сыром 15/25	Обед	143,87	8,28	6,89	11,68	40	34,95
321.01	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	12,94
Суп картофельный с								
75.2	бобовыми с мясом с гренками 250	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	56,78
535.01	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,66
12.43	Рис припущеный	Обед	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
53.3	Напиток из ягод Ассорти	Обед	46	-	-	12	200	12,83
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
94.65	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
Итого (обед)			1 204,5	46,07	42,04	153,19	-	279,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
Итого			1 934,84	65,21	64,01	259,74	-	442,34
5-11 классы обед льгота								
98.79	Бутерброд с сыром 15/25	Обед	143,87	8,28	6,89	11,68	40	34,95
	Суп картофельный с							
75.2	горохом с гренками	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	56,78
	(мясо)250/30							
535.01	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,66
12.43	Рис припущеный	Обед	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
53.3	Напиток из ягод Ассорти	Обед	46	-	-	12	200	12,83
	Хлеб крестьянский							
94.52	витаминный	Обед	33,5	1	-	7	15	1,20
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
116.89	Батончик мюсли с							
	фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
Итого			1 147,17	45,14	38,27	147,94	-	265,40
ГПД 1-4 классы обед								
75.2	Суп картофельный с							
	горохом с гренками 250/10	Обед	217,8	7,25	5,73	31,53	260	13,86
535.01	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,66
12.43	Рис припущеный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	17,66
85.28	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский							
	витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,72
Итого			734,18	23,39	21,59	105,09	-	126,95

№ рецепт.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
ГПД 1-4 классы обед, полдник								
	Суп картофельный с							
75.2	бобовыми с мясом с гренками 250	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	49,72
535.01	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,66
12.43	Рис припущеный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	17,66
85.28	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
Итого (обед)			846,18	34,19	29,19	105,09	-	162,95
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
Итого (поздник)			407,75	5,4	11,11	71,58	-	50,94
Итого			1 253,93	39,59	40,3	176,67	-	213,89

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
завтрак 1-4 классы								
98.18	Бутерброд с маслом с сыром 25/10/20	Завтрак	199	7	13	14	55	47,34
50.17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	206	6	5	35	210	32,70
533	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	17,69
369	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,95
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	100,76	2,98	0,3	21,11	45	3,89
368	Вафли	Завтрак	154	2	4	14	22	10,40
4.23	Мандарин	Завтрак	69,6	-	-	16,8	120	31,55
Итого			789,02	18,1	22,32	115,74	-	149,52
завтрак 5-11 классы льгота								
98.79	Бутерброд с сыром 15/25	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	40	34,95
535.01	Соте из мяса с овощами	Завтрак	221	11	11	12	100	90,66
12.43	Рис припущеный	Завтрак	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
85.28	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,61
161.1	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	106	3	3	5	60	24,47
Итого			827,93	28,82	26,72	102,56	-	176,94

№ рецепт.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
завтрак 5-11 классы род.плата								
98.79	Бутерброд с сыром 15/25	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	40	34,95
535.01	Соте из мяса с овощами	Завтрак	221	11	11	12	100	90,66
12.43	Рис припущеный	Завтрак	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
85.28	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,61
161.1	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	106	3	3	5	60	24,47
Итого			827,93	28,82	26,72	102,56	-	176,94
обед 1-4 классы								
321.04	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	69,08	0,91	5,45	4,31	45	17,34
	Суп картофельный с							
75.2	бобовыми с мясом с гренками 250	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	49,72
535.01	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,66
12.43	Рис припущеный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	17,66
53.3	Напиток из ягод Ассорти	Обед	46	-	-	12	200	12,83
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	2,96
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,55
4.23	Мандарин	Обед	69,6	-	-	16,8	120	31,55
Итого			1 056,8	37,52	34,62	137,64	-	224,27

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	14.01.2026 16:22:59	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 138	Каюмова Анна Александровна	15.01.2026 07:41:24	1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA