

## Меню на 20.01.2026

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>								
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,57
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	250	100,29
83.41	Чай лимонный	Обед	60	0,3	-	15,2	200	6,68
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78	2	-	16	25	2,33
161.11	Блины классические со сгущенным молоком	Обед	106	3	3	5	130	54,24
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,83
<b>Итого</b>			<b>747,1</b>	<b>23,04</b>	<b>24,36</b>	<b>93,09</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>								
104.94	Фрикадельки мясные в молочном соусе	Завтрак	189	12	12,9	13,1	130	70,58
364.01	Булгур отварной/кукуруза с маслом 100/50	Завтрак	123	7	4	18	150	43,27
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58	2	-	8	35	2,39
4.23	Мандарин	Завтрак	66,7	-	-	16,1	115	30,23
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>474,7</b>	<b>21</b>	<b>16,9</b>	<b>65,2</b>	-	<b>149,52</b>
96.5	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,16
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	285	54,93
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	250	100,29
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,60
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,5	3	-	21	45	4,11
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,95
4.23	Мандарин	Обед	66,7	-	-	16,1	115	30,23
<b>Итого (обед)</b>			<b>968,59</b>	<b>29,58</b>	<b>39,37</b>	<b>130,1</b>	-	<b>224,27</b>
<b>Итого</b>			<b>1 443,29</b>	<b>50,58</b>	<b>56,27</b>	<b>195,3</b>	-	<b>373,79</b>

№ рецепт.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>5-11 классы инвалиды</b>								
104.94	Фрикадельки мясные в молочном соусе	Завтрак	189	12	12,9	13,1	130	70,58
364.02	Булгур отварной/кукуруза с маслом 150/50	Завтрак	123	7	4	18	200	51,10
83.41	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	6,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	46,4	1,6	-	6,4	20	1,55
4.23	Мандарин	Завтрак	66,7	-	-	16,1	115	30,23
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>563,27</b>	<b>23,23</b>	<b>16,9</b>	<b>85,13</b>	-	<b>163,40</b>
96.5	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,16
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	62,00
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	135,05
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,60
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,15
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
4.79	Апельсин	Обед	-	-	-	-	170	44,81
<b>Итого (обед)</b>			<b>856,36</b>	<b>28,11</b>	<b>39,37</b>	<b>106,13</b>	-	<b>278,94</b>
<b>Итого</b>			<b>1 419,63</b>	<b>51,34</b>	<b>56,27</b>	<b>191,26</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>								
96.5	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,16
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	62,00
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	275	135,05
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,60
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,41
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,95
4.23	Мандарин	Обед	66,7	-	-	16,1	115	30,23
<b>Итого</b>			<b>957,42</b>	<b>29,25</b>	<b>39,37</b>	<b>127,77</b>	-	<b>265,40</b>
<b>ГПД 1-4 классы обед</b>								
32.32	Борщ со сметаной 250/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	260	21,25
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	250	100,29
85.28	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,36
<b>Итого</b>			<b>707,64</b>	<b>25,01</b>	<b>33,16</b>	<b>88,19</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
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	250	100,29
85.28	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,95
<b>Итого (обед)</b>			<b>776,81</b>	<b>27,34</b>	<b>33,16</b>	<b>98,52</b>	-	<b>162,95</b>
34.58	Булочка домашняя	Полдник	310,29	5,28	11,09	47,35	100	35,43
4	Яблоко	Полдник	36,75	-	-	9	75	12,46
85.28	Чай с сахаром	Полдник	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
<b>Итого (полдник)</b>			<b>401</b>	<b>5,46</b>	<b>11,11</b>	<b>70,31</b>	-	<b>50,94</b>
<b>Итого</b>			<b>1 177,81</b>	<b>32,8</b>	<b>44,27</b>	<b>168,83</b>	-	<b>213,89</b>
<b>завтрак 1-4 классы</b>								
104.94	Фрикадельки мясные в молочном соусе	Завтрак	189	12	12,9	13,1	130	70,58
364.01	Булгур отварной/кукуруза с маслом 100/50	Завтрак	123	7	4	18	150	43,27
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58	2	-	8	35	2,39
4.23	Мандарин	Завтрак	66,7	-	-	16,1	115	30,23
<b>Итого</b>			<b>474,7</b>	<b>21</b>	<b>16,9</b>	<b>65,2</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>								
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,57
6.94	Жаркое по-домашнему	Завтрак	399,05	15,13	17,72	46,02	250	100,29
83.41	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	6,68
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78	2	-	16	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58	2	-	8	25	1,83
161.11	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	106	3	3	5	130	54,24
<b>Итого</b>			<b>747,1</b>	<b>23,04</b>	<b>24,36</b>	<b>93,09</b>	-	<b>176,94</b>
<b>завтрак 5-11 классы род.плата</b>								
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,57
6.94	Жаркое по-домашнему	Завтрак	399,05	15,13	17,72	46,02	250	100,29
83.41	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	6,68
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78	2	-	16	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58	2	-	8	25	1,83
161.11	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	106	3	3	5	130	54,24
<b>Итого</b>			<b>747,1</b>	<b>23,04</b>	<b>24,36</b>	<b>93,09</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>								
96.5	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,16
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	285	54,93
6.94	Жаркое по-домашнему	Обед	399,05	15,13	17,72	46,02	250	100,29
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,60
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,5	3	-	21	45	4,11
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,95
4.23	Мандарин	Обед	66,7	-	-	16,1	115	30,23
<b>Итого</b>			<b>968,59</b>	<b>29,58</b>	<b>39,37</b>	<b>130,1</b>	-	<b>224,27</b>

#### ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	15.01.2026 15:15:40	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 138	Каюмова Анна Александровна	16.01.2026 09:49:11	1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA