

Меню на 29.01.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 классы усиленный полдник род.плата								
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	86,55
12.64	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/30	Обед	233	4	8	41	180	25,92
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.65	Батон с отрубями	Обед	78,4	1,4	-	16,1	35	3,16
4.86	Банан	Обед	47,78	-	-	11,7	195	58,26
Итого			506,59	12,31	17,5	83,76	-	176,94

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4 классы инвалиды								
125.53	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/20	Завтрак	321,08	15,41	17,37	40,72	170	114,92
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,63
4.23	Мандарин	Завтрак	63,8	-	-	15,4	110	28,92
Итого (завтрак)			489,88	17,41	17,37	80,12	-	149,52
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/15/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	275	44,31
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	86,55
12.67	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	39,56
54.2	Напиток из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
94.65	Батон с отрубями	Обед	78,4	1,4	-	16,1	35	2,91
34.81	Булочка домашняя	Обед	310,29	5,28	11,09	47,35	100	39,26
Итого (обед)			1 020,89	30,69	35,31	129	-	224,27
Итого			1 510,77	48,1	52,68	209,12	-	373,79

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 классы инвалиды								
125.53	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/20	Завтрак	321,08	15,41	17,37	40,72	170	114,92
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	89,33	2,67	-	18,67	40	3,70
4.23	Мандарин	Завтрак	63,8	-	-	15,4	110	28,92
Итого (завтрак)			512,21	18,08	17,37	84,79	-	150,59
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	290	61,30
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	86,55
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/50	Обед	233	4	8	41	200	45,51
54.2	Напиток из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
94.65	Батон с отрубями	Обед	44,8	0,8	-	9,2	20	1,86
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,5	3	-	21	45	4,19
4.86	Банан	Обед	66,15	-	-	16,2	270	80,66
Итого (обед)			909,65	29,81	29,22	123,95	-	291,75
Итого			1 421,86	47,89	46,59	208,74	-	442,34

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 классы обед льгота								
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/10/10	Обед	62	2	7	8	270	36,47
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	86,55
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/50	Обед	233	4	8	41	200	45,51
54.2	Напиток из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
94.92	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	66,86	1,71	-	13,71	30	2,67
94.87	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
4.86	Банан	Обед	66,15	-	-	16,2	270	80,66
Итого			670,39	16,66	24,66	116,49	-	265,40
ГПД 1-4 классы обед								
27.08	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 210/	Обед	152,46	3,53	4,85	11,58	210	16,06
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	125	86,55
12.26	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	166,67	2,5	3,33	30,83	150	17,88
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,55
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
Итого			667,01	22,78	23,05	77,06	-	126,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
ГПД 1-4 классы обед, полдник								
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/20/5	Обед	62	2	7	8	275	49,91
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	125	86,71
12.26	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	200	3	4	37	180	21,45
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,77
Итого (обед)			576,81	20,82	25,87	71,92	-	162,89
119.79	Булочка домашняя	Полдник	200	3,63	5,25	30,25	100	39,26
540.03	Напиток из ягод " Ягодный драйв"	Полдник	88	1	-	23	200	11,74
Итого (полдник)			288	4,63	5,25	53,25	-	51,00
Итого			864,81	25,45	31,12	125,17	-	213,89
завтрак 1-4 классы								
125.53	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/20	Завтрак	321,08	15,41	17,37	40,72	170	114,92
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	2,63
4.23	Мандарин	Завтрак	63,8	-	-	15,4	110	28,92
Итого			505,84	17,59	17,39	84,08	-	149,52

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
завтрак 5-11 классы льгота								
104.79	Фрикассе из курицы	Завтрак	109,41	6,91	9,5	4,96	125	86,55
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/50	Завтрак	233	4	8	41	200	45,51
85.28	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	89,6	1,6	-	18,4	40	3,55
94.9	Хлеб ржаной	Завтрак	72,5	2,5	-	16,25	25	1,95
355.01	Йогурт	Завтрак	118,12	3,13	1,88	15,54	125	36,33
Итого			676,59	18,32	19,4	110,11	-	176,94

завтрак 5-11 классы род.плата

104.79	Фрикассе из курицы	Завтрак	109,41	6,91	9,5	4,96	125	86,55
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/50	Завтрак	233	4	8	41	200	45,51
85.28	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
355.01	Йогурт	Завтрак	118,12	3,13	1,88	15,54	125	36,33
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	89,6	1,6	-	18,4	40	3,55
94.9	Хлеб ржаной	Завтрак	72,5	2,5	-	16,25	25	1,95
Итого			676,59	18,32	19,4	110,11	-	176,94

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
обед 1-4 классы								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/15/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	275	44,31
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	86,55
12.67	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	39,56
54.2	Напиток из кураги	Обед	88,19	0,72	0,03	23,24	200	11,68
34.81	Булочка домашняя	Обед	310,29	5,28	11,09	47,35	100	39,26
94.65	Батон с отрубями	Обед	78,4	1,4	-	16,1	35	2,91
Итого			1 020,89	30,69	35,31	129	-	224,27

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	27.01.2026 17:23:38	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ СОШ № 138	Каюмова Анна Александровна	28.01.2026 06:50:37	1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA