

Меню на 21.09.2026

| 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 |                                 |            |                    |          |         |             |          |              |
| 98.79                                   | Бутерброд с сыром 15/20         | Обед       | 13,86              | 1,88     | 1,33    | 9,68        | 35       | 29,56        |
| 535.22                                  | Соте из мяса с овощами          | Обед       | 221,17             | 10,86    | 12,69   | 12,12       | 100      | 91,30        |
| 12.94                                   | Рис припущенный                 | Обед       | 236,1              | 4,36     | 5,81    | 45,92       | 180      | 23,14        |
| 83.19                                   | Чай лимонный                    | Обед       | 60                 | 0,3      | -       | 15,2        | 200      | 4,96         |
| 94.52                                   | Хлеб крестьянский<br>витаминный | Обед       | 55,97              | 1,65     | 0,17    | 11,72       | 25       | 2,29         |
| 116.88                                  | Батончик мюсли                  | Обед       | 71,47              | 1,25     | 1,24    | 13,51       | 25       | 25,69        |
| Итого                                   |                                 |            | 658,57             | 20,3     | 21,24   | 108,15      | -        | 176,94       |

| № рец.                     | Блюдо                                                    | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г | Стоимость, Р  |
|----------------------------|----------------------------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| <b>1-4 классы инвалиды</b> |                                                          |            |                    |              |              |               |          |               |
| 98.18                      | Бутерброд с маслом сыром<br>25/10/25                     | Завтрак    | 167,57             | 6,05         | 8,01         | 17,28         | 60       | 55,97         |
| 50.25                      | Каша ячневая молочная<br>вязкая с маслом                 | Завтрак    | 256                | 9            | 7            | 43            | 260      | 36,18         |
| 533.04                     | Топинг из ягод                                           | Завтрак    | 21,44              | 0,03         | 0,04         | 3,45          | 30       | 13,65         |
| 83.19                      | Чай лимонный                                             | Завтрак    | 60                 | 0,3          | -            | 15,2          | 200      | 4,96          |
| 94.65                      | Батон с отрубями                                         | Завтрак    | 66,92              | 2,25         | 0,75         | 13,45         | 25       | 2,19          |
| 368.04                     | Вафли                                                    | Завтрак    | 77                 | 1            | 2            | 7             | 22       | 11,47         |
| 4                          | Яблоко                                                   | Завтрак    | 45,43              | 0,37         | 0,37         | 10,83         | 140      | 25,10         |
| <b>Итого (завтрак)</b>     |                                                          |            | <b>694,36</b>      | <b>19</b>    | <b>18,17</b> | <b>110,21</b> | -        | <b>149,52</b> |
| 75.2                       | Суп картофельный с<br>горохом с гренками<br>(мясо)250/20 | Обед       | 329,8              | 18,05        | 13,33        | 31,53         | 290      | 60,67         |
| 535.22                     | Соте из мяса с овощами                                   | Обед       | 221,17             | 10,86        | 12,69        | 12,12         | 100      | 91,30         |
| 12.94                      | Рис припущенный                                          | Обед       | 196,75             | 3,63         | 4,84         | 38,27         | 150      | 19,28         |
| 53.3                       | Напиток из ягод Ассорти                                  | Обед       | 46                 | -            | -            | 12            | 200      | 22,53         |
| 94.52                      | Хлеб крестьянский<br>витаминный                          | Обед       | 68,25              | 1,75         | -            | 14            | 35       | 3,25          |
| 94.36                      | Хлеб ржаной                                              | Обед       | 46,4               | 1,6          | -            | 6,4           | 20       | 1,55          |
| 116.88                     | Батончик мюсли                                           | Обед       | 71,47              | 1,25         | 1,24         | 13,51         | 25       | 25,69         |
| <b>Итого (обед)</b>        |                                                          |            | <b>979,84</b>      | <b>37,14</b> | <b>32,1</b>  | <b>127,83</b> | -        | <b>224,27</b> |
| <b>Итого</b>               |                                                          |            | <b>1 674,2</b>     | <b>56,14</b> | <b>50,27</b> | <b>238,04</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> |                                                          |            |                    |              |              |               |          |               |
| 98.18                       | Бутерброд с маслом сыром<br>25/10/25                     | Завтрак    | 167,57             | 6,05         | 8,01         | 17,28         | 60       | 55,97         |
| 50.25                       | Каша ячневая молочная<br>вязкая с маслом                 | Завтрак    | 256                | 9            | 7            | 43            | 260      | 36,18         |
| 533.04                      | Топинг из ягод                                           | Завтрак    | 28,59              | 0,04         | 0,05         | 4,6           | 40       | 18,22         |
| 83.19                       | Чай лимонный                                             | Завтрак    | 60                 | 0,3          | -            | 15,2          | 200      | 4,96          |
| 94.65                       | Батон с отрубями                                         | Завтрак    | 53,53              | 1,8          | 0,6          | 10,76         | 20       | 1,79          |
| 368.04                      | Вафли                                                    | Завтрак    | 154                | 2            | 4            | 14            | 44       | 22,94         |
| 4                           | Яблоко                                                   | Завтрак    | 45,43              | 0,37         | 0,37         | 10,83         | 140      | 25,10         |
| <b>Итого (завтрак)</b>      |                                                          |            | <b>765,12</b>      | <b>19,56</b> | <b>20,03</b> | <b>115,67</b> | -        | <b>165,16</b> |
| 75.2                        | Суп картофельный с<br>горохом с гренками<br>(мясо)250/20 | Обед       | 329,8              | 18,05        | 13,33        | 31,53         | 295      | 72,33         |
| 535.23                      | Соте из мяса с овощами                                   | Обед       | 221                | 11           | 11           | 12            | 150      | 128,69        |
| 12.94                       | Рис припущенный                                          | Обед       | 236,1              | 4,36         | 5,81         | 45,92         | 180      | 23,14         |
| 53.3                        | Напиток из ягод Ассорти                                  | Обед       | 46                 | -            | -            | 12            | 200      | 22,53         |
| 94.36                       | Хлеб ржаной                                              | Обед       | 46,4               | 1,6          | -            | 6,4           | 20       | 1,55          |
| 94.65                       | Батон с отрубями                                         | Обед       | 93,68              | 3,15         | 1,05         | 18,83         | 35       | 3,25          |
| 116.88                      | Батончик мюсли                                           | Обед       | 71,47              | 1,25         | 1,24         | 13,51         | 25       | 25,69         |
| <b>Итого (обед)</b>         |                                                          |            | <b>1 044,45</b>    | <b>39,41</b> | <b>32,43</b> | <b>140,19</b> | -        | <b>277,18</b> |
| <b>Итого</b>                |                                                          |            | <b>1 809,57</b>    | <b>58,97</b> | <b>52,46</b> | <b>255,86</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> |                                                          |            |                    |             |              |               |          |               |
| 75.2                           | Суп картофельный с<br>горохом с гречками<br>(мясо)250/20 | Обед       | 329,8              | 18,05       | 13,33        | 31,53         | 290      | 60,67         |
| 535.23                         | Соте из мяса с овощами                                   | Обед       | 221                | 11          | 11           | 12            | 150      | 128,69        |
| 12.94                          | Рис припущенный                                          | Обед       | 236,1              | 4,36        | 5,81         | 45,92         | 180      | 23,14         |
| 53.3                           | Напиток из ягод Ассорти                                  | Обед       | 46                 | -           | -            | 12            | 200      | 22,53         |
| 94.52                          | Хлеб крестьянский<br>витаминный                          | Обед       | 89,56              | 2,64        | 0,27         | 18,76         | 40       | 3,51          |
| 94.36                          | Хлеб ржаной                                              | Обед       | 34,8               | 1,2         | -            | 4,8           | 15       | 1,17          |
| 116.88                         | Батончик мюсли                                           | Обед       | 71,47              | 1,25        | 1,24         | 13,51         | 25       | 25,69         |
| <b>Итого</b>                   |                                                          |            | <b>1 028,73</b>    | <b>38,5</b> | <b>31,65</b> | <b>138,52</b> | -        | <b>265,40</b> |
| <b>завтрак 1-4 классы</b>      |                                                          |            |                    |             |              |               |          |               |
| 98.18                          | Бутерброд с маслом сыром<br>25/10/25                     | Завтрак    | 167,57             | 6,05        | 8,01         | 17,28         | 60       | 55,97         |
| 50.43                          | Каша ячневая молочная<br>вязкая с маслом                 | Завтрак    | 256                | 9           | 7            | 43            | 260      | 36,18         |
| 533.04                         | Топинг из ягод                                           | Завтрак    | 21,44              | 0,03        | 0,04         | 3,45          | 30       | 13,65         |
| 83.19                          | Чай лимонный                                             | Завтрак    | 60                 | 0,3         | -            | 15,2          | 200      | 4,96          |
| 94.65                          | Батон с отрубями                                         | Завтрак    | 66,92              | 2,25        | 0,75         | 13,45         | 25       | 2,19          |
| 368.03                         | Вафли                                                    | Завтрак    | 154                | 2           | 4            | 14            | 22       | 11,47         |
| 4                              | Яблоко                                                   | Завтрак    | 45,43              | 0,37        | 0,37         | 10,83         | 140      | 25,10         |
| <b>Итого</b>                   |                                                          |            | <b>771,36</b>      | <b>20</b>   | <b>20,17</b> | <b>117,21</b> | -        | <b>149,52</b> |

| № рец.                               | Блюдо                           | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г    | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г | Стоимость, Р  |
|--------------------------------------|---------------------------------|------------|--------------------|-------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| <b>завтрак 5-11 классы льгота</b>    |                                 |            |                    |             |              |               |          |               |
| 98.79                                | Бутерброд с сыром 15/20         | Завтрак    | 13,86              | 1,88        | 1,33         | 9,68          | 35       | 29,56         |
| 535.22                               | Соте из мяса с овощами          | Завтрак    | 221,17             | 10,86       | 12,69        | 12,12         | 100      | 91,30         |
| 12.94                                | Рис припущенный                 | Завтрак    | 236,1              | 4,36        | 5,81         | 45,92         | 180      | 23,14         |
| 83.19                                | Чай лимонный                    | Завтрак    | 60                 | 0,3         | -            | 15,2          | 200      | 4,96          |
| 94.52                                | Хлеб крестьянский<br>витаминный | Завтрак    | 55,97              | 1,65        | 0,17         | 11,72         | 25       | 2,29          |
| 116.88                               | Батончик мюсли                  | Завтрак    | 71,47              | 1,25        | 1,24         | 13,51         | 25       | 25,69         |
| <b>Итого</b>                         |                                 |            | <b>658,57</b>      | <b>20,3</b> | <b>21,24</b> | <b>108,15</b> | -        | <b>176,94</b> |
| <b>завтрак 5-11 классы род.плата</b> |                                 |            |                    |             |              |               |          |               |
| 98.79                                | Бутерброд с сыром 15/20         | Завтрак    | 13,86              | 1,88        | 1,33         | 9,68          | 35       | 29,56         |
| 535.22                               | Соте из мяса с овощами          | Завтрак    | 221,17             | 10,86       | 12,69        | 12,12         | 100      | 91,30         |
| 83.19                                | Чай лимонный                    | Завтрак    | 60                 | 0,3         | -            | 15,2          | 200      | 4,96          |
| 12.94                                | Рис припущенный                 | Завтрак    | 236,1              | 4,36        | 5,81         | 45,92         | 180      | 23,14         |
| 94.52                                | Хлеб крестьянский<br>витаминный | Завтрак    | 55,97              | 1,65        | 0,17         | 11,72         | 25       | 2,29          |
| 116.88                               | Батончик мюсли                  | Завтрак    | 71,47              | 1,25        | 1,24         | 13,51         | 25       | 25,69         |
| <b>Итого</b>                         |                                 |            | <b>658,57</b>      | <b>20,3</b> | <b>21,24</b> | <b>108,15</b> | -        | <b>176,94</b> |

| № рец.                 | Блюдо                                              | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г    | Жиры, г      | Углеводы, г   | Выход, г | Стоимость, Р  |
|------------------------|----------------------------------------------------|------------|--------------------|-------------|--------------|---------------|----------|---------------|
| <b>обед 1-4 классы</b> |                                                    |            |                    |             |              |               |          |               |
| 75.2                   | Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/20 | Обед       | 329,8              | 18,05       | 13,33        | 31,53         | 290      | 60,67         |
| 535.22                 | Соте из мяса с овощами                             | Обед       | 221,17             | 10,86       | 12,69        | 12,12         | 100      | 91,30         |
| 12.94                  | Рис припущенный                                    | Обед       | 196,75             | 3,63        | 4,84         | 38,27         | 150      | 19,28         |
| 53.3                   | Напиток из ягод Ассорти                            | Обед       | 46                 | -           | -            | 12            | 200      | 22,53         |
| 94.52                  | Хлеб крестьянский витаминный                       | Обед       | 78,37              | 2,31        | 0,23         | 16,42         | 35       | 3,25          |
| 94.36                  | Хлеб ржаной                                        | Обед       | 46,4               | 1,6         | -            | 6,4           | 20       | 1,55          |
| 116.88                 | Батончик мюсли                                     | Обед       | 71,47              | 1,25        | 1,24         | 13,51         | 25       | 25,69         |
| <b>Итого</b>           |                                                    |            | <b>989,96</b>      | <b>37,7</b> | <b>32,33</b> | <b>130,25</b> | -        | <b>224,27</b> |

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

| Организация        | ФИО                        | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
|--------------------|----------------------------|----------------------|-------------------------------------------|
| ООО "ГЛОБУСРЕСУРС" | КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА | 16.09.2026 11:47:48  | 5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58  |
| МАОУ СОШ № 138     | Каюмова Анна Александровна | 16.09.2026 11:49:11  | 1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA  |