ООО "ГЛОБУСРЕСУРС" **МАОУ СОШ № 138**

Меню на 07.10.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы усиленный полдник род.плата								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	92,1	1,21	7,27	5,75	60	23,16
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,42
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	93,6	2,4	-	19,2	30	2,73
88.59	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	90	48,87
Итого			**847,69**	**26,68**	**32,42**	**110,23**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4 классы инвалиды								
554.14	Кнели из мяса кур с сырным соусом	Завтрак	253	13	16	15	130	103,90
8.78	Паста Ригате с огурцом пикантным 150/35	Завтрак	184	5	3	34	185	30,07
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак	70,71	-	-	18,95	200	13,72
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39	1	-	8	20	1,83
Итого (завтрак)			**546,71**	**19**	**19**	**75,95**	-	**149,52**
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/20/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	280	69,30
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,42
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,75
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
88.57	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	90	48,87
Итого (обед)			**934,16**	**30,45**	**34,25**	**124,25**	-	**224,27**
Итого			**1 480,87**	**49,45**	**53,25**	**200,2**	-	**373,79**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы инвалиды								
96.5	Огурец "Пикантный"	Завтрак	63,96	0,84	5,05	3,99	50	19,29
554.14	Кнели из мяса кур с сырным соусом	Завтрак	253	13	16	15	130	105,38
8.45	Паста Ригате	Завтрак	220,8	6	3,6	40,8	180	19,89
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак	70,71	-	-	18,95	200	13,72
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	33,59	0,99	0,1	7,04	15	1,40
Итого (завтрак)			**642,06**	**20,83**	**24,75**	**85,78**	-	**159,68**
321.17	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	21,53	0,76	0,83	3,27	100	40,81
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/20/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	280	69,30
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,42
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,57
88.57	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	90	48,87
4	Яблоко	Обед	32,45	0,27	0,27	7,73	100	17,93
Итого (обед)			**975,73**	**30,95**	**35,41**	**135,14**	-	**282,66**
Итого			**1 617,79**	**51,78**	**60,16**	**220,92**	-	**442,34**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы обед льгота								
321.17	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	21,53	0,76	0,83	3,27	100	40,81
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/20/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	280	69,30
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,42
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,69
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,55
88.57	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	90	48,87
Итого			**967,29**	**31,62**	**35,08**	**129,12**	-	**265,40**
завтрак 1-4 классы								
554.14	Кнели из мяса кур с сырным соусом	Завтрак	253	13	16	15	130	103,90
8.78	Паста Ригате с огурцом пикантным 150/35	Завтрак	184	5	3	34	185	30,07
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак	70,71	-	-	18,95	200	13,72
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,83
Итого			**552,49**	**19,32**	**19,13**	**77,33**	-	**149,52**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
завтрак 5-11 классы льгота								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	92,1	1,21	7,27	5,75	60	23,16
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Завтрак	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,42
540	Напиток из кураги и изюма	Завтрак	88	1	-	23	200	11,76
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	93,6	2,4	-	19,2	30	2,73
88.57	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	90	48,87
Итого			**847,69**	**26,68**	**32,42**	**110,23**	-	**176,94**
завтрак 5-11 классы род.плата								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	92,1	1,21	7,27	5,75	60	23,16
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Завтрак	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,42
540	Напиток из кураги и изюма	Завтрак	88	1	-	23	200	11,76
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	93,6	2,4	-	19,2	30	2,73
88.59	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	90	48,87
Итого			**847,69**	**26,68**	**32,42**	**110,23**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
обед 1-4 классы								
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/20/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	280	69,30
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,42
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,75
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
88.57	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	90	48,87
Итого			**934,16**	**30,45**	**34,25**	**124,25**	-	**224,27**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	02.10.2026 12:11:53	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ СОШ № 138	Каюмова Анна Александровна	05.10.2026 07:31:40	1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA