ООО "ГЛОБУСРЕСУРС" **МАОУ СОШ № 138**

Меню на 15.10.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы усиленный полдник род.плата								
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	125	94,97
12.88	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	263	4	8	41	200	48,62
369.06	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,06
94.98	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,98	1,65	0,19	11,73	25	2,19
4	Яблоко	Обед	45,43	0,37	0,37	10,83	140	25,10
Итого			**621,88**	**19,96**	**23,45**	**82,31**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4 классы инвалиды								
125.53	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/20	Завтрак	321,08	15,41	17,37	40,72	170	118,68
361.05	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,14
94.98	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,23	14,07	30	2,60
4	Яблоко	Завтрак	45,43	0,37	0,37	10,83	140	25,10
Итого (завтрак)			**471,48**	**17,84**	**17,99**	**75,46**	-	**149,52**
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/20/10	Обед	125	4	5	8	280	51,01
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	72,73
12.87	Рис "Золотистый"/кукурза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	39,70
54.23	Напиток из кураги	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	11,74
94.65	Батон с отрубями	Обед	80,3	2,7	0,9	16,14	30	2,76
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
34.81	Булочка домашняя	Обед	248,23	4,22	8,87	37,88	80	45,16
Итого (обед)			**961,74**	**28,96**	**32,7**	**124,5**	-	**224,27**
Итого			**1 433,22**	**46,8**	**50,69**	**199,96**	-	**373,79**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы инвалиды								
125.11	Запеканка из творога со сгущенным молоком 200/20	Завтрак	481,99	16,54	17,37	42,52	220	149,58
361.05	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,14
94.98	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	33,59	0,99	0,11	7,04	15	1,40
4	Яблоко	Завтрак	45,43	0,37	0,37	10,83	140	25,10
Итого (завтрак)			**598,81**	**17,98**	**17,87**	**70,23**	-	**179,22**
96.5	Огурец "Пикантный"	Обед	127,92	1,68	10,1	7,98	100	38,58
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/20/10	Обед	125	4	5	8	280	51,01
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	125	94,97
12.86	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/30	Обед	219,85	4,59	6,07	46,61	180	36,96
54.23	Напиток из кураги	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	11,74
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
94.99	Батон с отрубями	Обед	80	3	1	16	20	1,80
4	Яблоко	Обед	48,68	0,4	0,4	11,6	150	26,89
Итого (обед)			**942,66**	**29,71**	**37,5**	**123,67**	-	**263,12**
Итого			**1 541,47**	**47,69**	**55,37**	**193,9**	-	**442,34**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы обед льгота								
96.5	Огурец "Пикантный"	Обед	127,92	1,68	10,1	7,98	100	38,58
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/20/10	Обед	125	4	5	8	280	51,01
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	125	94,97
12.86	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/30	Обед	219,85	4,59	6,07	46,61	180	36,96
54.23	Напиток из кураги	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	11,74
94.99	Батон с отрубями	Обед	160	6	2	32	40	3,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	8,34	20	1,55
4	Яблоко	Обед	48,68	0,4	0,4	11,6	150	26,89
Итого			**1 026,54**	**32,83**	**38,74**	**143,21**	-	**265,40**
завтрак 1-4 классы								
125.53	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/20	Завтрак	321,08	15,41	17,37	40,72	170	118,68
361.05	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,14
94.98	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,23	14,07	30	2,60
4	Яблоко	Завтрак	45,43	0,37	0,37	10,83	140	25,10
Итого			**471,48**	**17,84**	**17,99**	**75,46**	-	**149,52**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
завтрак 5-11 классы льгота								
104.79	Фрикассе из курицы	Завтрак	218,81	13,82	14,87	8,92	125	94,97
12.86	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/30	Завтрак	219,85	4,59	6,07	46,61	180	36,96
369.06	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,06
94.98	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,23	14,07	30	2,62
355.01	Йогурт	Завтрак	98,82	3,13	1,88	15,54	125	36,33
Итого			**643,31**	**23,64**	**23,07**	**94,97**	-	**176,94**
завтрак 5-11 классы род.плата								
104.79	Фрикассе из курицы	Завтрак	218,81	13,82	14,87	8,92	125	94,97
12.86	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/30	Завтрак	219,85	4,59	6,07	46,61	180	36,96
369.06	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,06
355.01	Йогурт	Завтрак	98,82	3,13	1,88	15,54	125	36,33
94.98	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,23	14,07	30	2,62
Итого			**643,31**	**23,64**	**23,07**	**94,97**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
обед 1-4 классы								
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/20/10	Обед	125	4	5	8	280	51,01
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	72,73
12.87	Рис "Золотистый"/кукурза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	39,70
54.23	Напиток из кураги	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	11,74
34.81	Булочка домашняя	Обед	248,23	4,22	8,87	37,88	80	45,16
94.65	Батон с отрубями	Обед	80,3	2,7	0,9	16,14	30	2,76
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
Итого			**961,74**	**28,96**	**32,7**	**124,5**	-	**224,27**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	09.10.2026 15:26:45	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ СОШ № 138	Каюмова Анна Александровна	09.10.2026 15:52:11	1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA