ООО "ГЛОБУСРЕСУРС" **МАОУ СОШ № 138**

Меню на 16.10.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы усиленный полдник род.плата								
539.08	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,70
46.97	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	174,58	5,19	4,84	32,64	180	22,92
240.02	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	17,18
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,70
88.58	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	90	47,44
Итого			**645,02**	**21,02**	**22,22**	**85,44**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4 классы инвалиды								
98.79	Бутерброд с сыром 15/15	Завтрак	109	6	1	12	30	22,52
547.23	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	10,6	12	11,4	100	79,53
359.17	Пюре картофельное/капуста цветная с маслом	Завтрак	176,79	4,15	4,9	29,43	150	41,60
361.05	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,73
Итого (завтрак)			**627,76**	**22,81**	**18,12**	**76,74**	-	**149,52**
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/20	Обед	127,39	3,21	4,85	23,6	270	68,73
539.08	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,70
46.85	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	170,91	6,58	1,72	28,76	150	19,12
555.02	Напиток из плодово-ягодный	Обед	88	1	-	23	200	13,62
94.87	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,68
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,95
4	Яблоко	Обед	55,17	0,45	0,45	13,15	170	30,47
Итого (обед)			**834,02**	**28,02**	**22**	**122,87**	-	**224,27**
Итого			**1 461,78**	**50,83**	**40,12**	**199,61**	-	**373,79**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы инвалиды								
98.79	Бутерброд с сыром 15/20	Завтрак	13,86	1,88	1,33	9,68	35	30,90
96.5	Огурец "Пикантный"	Завтрак	51,17	0,67	4,04	3,19	40	15,44
547.23	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	10,6	12	11,4	100	79,53
359.03	Картофельное пюре/капуста цветная отварная с масло	Завтрак	177	4	5	29	200	51,76
361.05	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	33,59	0,99	0,1	7,04	15	1,40
Итого (завтрак)			**550,42**	**18,22**	**22,49**	**70,15**	-	**182,17**
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/10	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	260	39,01
35.98	Мясо в сметанном соусе 75/50	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	125	133,95
46.97	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	174,58	5,19	4,84	32,64	180	22,92
555.02	Напиток из плодово-ягодный	Обед	88	1	-	23	200	13,62
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	39	1	-	8	20	1,68
94.9	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	20	1,55
88.58	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	90	47,44
Итого (обед)			**858,12**	**31,44**	**31,45**	**115,97**	-	**260,17**
Итого			**1 408,54**	**49,66**	**53,94**	**186,12**	-	**442,34**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы обед льгота								
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/10	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	260	39,01
35.98	Мясо в сметанном соусе 75/50	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	125	133,95
46.97	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	174,58	5,19	4,84	32,64	180	22,92
240.02	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	17,18
88.51	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	90	47,44
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78	2	-	16	40	3,73
Итого			**855,92**	**30,64**	**31,45**	**112,77**	-	**265,40**
завтрак 1-4 классы								
98.79	Бутерброд с сыром 15/15	Завтрак	109	6	1	12	30	22,52
547.23	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	10,6	12	11,4	100	79,53
359.17	Пюре картофельное/капуста цветная с маслом	Завтрак	176,79	4,15	4,9	29,43	150	41,60
361.05	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,73
Итого			**627,76**	**22,81**	**18,12**	**76,74**	-	**149,52**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
завтрак 5-11 классы льгота								
539.08	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,70
46.97	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	174,58	5,19	4,84	32,64	180	22,92
240.02	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	17,18
88.58	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	90	47,44
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	58,5	1,5	-	12	30	2,70
Итого			**636,35**	**20,54**	**22,02**	**83,37**	-	**176,94**
завтрак 5-11 классы род.плата								
539.08	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,70
46.97	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	174,58	5,19	4,84	32,64	180	22,92
240.02	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	17,18
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,70
88.51	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	90	47,44
Итого			**645,02**	**21,02**	**22,22**	**85,44**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
обед 1-4 классы								
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/20	Обед	127,39	3,21	4,85	23,6	270	68,73
539.08	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,70
46.85	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	170,91	6,58	1,72	28,76	150	19,12
240.02	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	17,18
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,55
94.87	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,10
4	Яблоко	Обед	48,68	0,4	0,4	11,6	150	26,89
Итого			**809,13**	**26,9**	**21,99**	**119,07**	-	**224,27**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	13.10.2026 11:55:33	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58