ООО "ГЛОБУСРЕСУРС" **МАОУ СОШ № 138**

Меню на 19.10.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы усиленный полдник род.плата								
98.79	Бутерброд с сыром 15/20	Обед	13,86	1,88	1,33	9,68	35	30,90
535.22	Соте из мяса с овощами	Обед	221,17	10,86	12,69	12,12	100	89,08
12.94	Рис припущенный	Обед	236,1	4,36	5,81	45,92	180	23,14
83.48	Чай лимонный	Обед	60	0,3	-	15,2	200	4,96
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,17
116.88	Батончик мюсли	Обед	71,47	1,25	1,24	13,51	25	25,69
Итого			**680,97**	**20,96**	**21,3**	**112,85**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4 классы инвалиды								
98.18	Бутерброд с маслом сыром 25/10/15	Завтрак	167,57	6,05	8,01	17,28	50	42,56
50.43	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	256	9	7	43	260	36,18
533.08	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	10,75
83.48	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	2,27
116.93	Печенье Тыквенное	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого (завтрак)			**659,77**	**19,32**	**18,22**	**105,06**	-	**149,52**
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/20	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	290	64,37
535.22	Соте из мяса с овощами	Обед	221,17	10,86	12,69	12,12	100	89,08
12.94	Рис припущенный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	19,28
53.3	Напиток из ягод "Ассорти"	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	20,12
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	87,75	2,25	-	18	45	4,18
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
Итого (обед)			**998,98**	**37,83**	**32,17**	**131,41**	-	**224,27**
Итого			**1 658,75**	**57,15**	**50,39**	**236,47**	-	**373,79**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы инвалиды								
98.18	Бутерброд с маслом сыром 25/10/15	Завтрак	167,57	6,05	8,01	17,28	50	42,56
50.43	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	256	9	7	43	260	36,18
533.08	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	10,75
83.48	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,96
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	93,68	3,15	1,05	18,83	35	3,26
116.93	Печенье Тыквенное	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого (завтрак)			**686,53**	**20,22**	**18,52**	**110,44**	-	**150,51**
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/20	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	290	64,37
535.23	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	150	128,57
12.94	Рис припущенный	Обед	236,1	4,36	5,81	45,92	180	23,14
53.3	Напиток из ягод "Ассорти"	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	20,12
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
94.65	Батон с отрубями	Обед	107,06	3,6	1,2	21,52	40	3,67
4	Фрукт	Обед	45,43	0,37	0,37	10,83	140	25,10
116.88	Батончик мюсли	Обед	71,47	1,25	1,24	13,51	25	25,69
Итого (обед)			**1 091,3**	**40,02**	**33,02**	**151,69**	-	**291,83**
Итого			**1 777,83**	**60,24**	**51,54**	**262,13**	-	**442,34**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы обед льгота								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/20	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	290	64,37
535.23	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	150	128,57
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	20,20
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,26
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
Итого			**995,14**	**37,51**	**31,55**	**131,48**	-	**265,40**
завтрак 1-4 классы								
98.18	Бутерброд с маслом сыром 25/10/15	Завтрак	167,57	6,05	8,01	17,28	50	42,56
50.43	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	256	9	7	43	260	36,18
533.13	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	10,75
83.48	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	2,27
116.93	Печенье Тыквенное	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**659,77**	**19,32**	**18,22**	**105,06**	-	**149,52**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
завтрак 5-11 классы льгота								
98.79	Бутерброд с сыром 15/20	Завтрак	13,86	1,88	1,33	9,68	35	30,90
535.22	Соте из мяса с овощами	Завтрак	221,17	10,86	12,69	12,12	100	89,08
12.94	Рис припущенный	Завтрак	236,1	4,36	5,81	45,92	180	23,14
83.48	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,96
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,17
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	71,47	1,25	1,24	13,51	25	25,69
Итого			**680,97**	**20,96**	**21,3**	**112,85**	-	**176,94**
завтрак 5-11 классы род.плата								
98.79	Бутерброд с сыром 15/20	Завтрак	13,86	1,88	1,33	9,68	35	30,90
535.22	Соте из мяса с овощами	Завтрак	221,17	10,86	12,69	12,12	100	89,08
83.48	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 витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,17
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	71,47	1,25	1,24	13,51	25	25,69
Итого			**680,97**	**20,96**	**21,3**	**112,85**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
обед 1-4 классы								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/20	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	290	64,37
535.22	Соте из мяса с овощами	Обед	221,17	10,86	12,69	12,12	100	89,08
12.94	Рис припущенный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	19,28
53.3	Напиток из ягод "Ассорти"	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	20,12
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,76	2,97	0,3	21,11	45	4,18
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
Итого			**1 011,99**	**38,55**	**32,47**	**134,52**	-	**224,27**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	14.10.2026 12:15:26	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ СОШ № 138	Каюмова Анна Александровна	14.10.2026 12:28:48	1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA