ООО "ГЛОБУСРЕСУРС" **МАОУ СОШ № 138**

Меню на 21.10.2026

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	76,75	1,01	6,06	4,79	50	19,29
63.6	Плов из мяса с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,77
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78	2	-	16	25	2,32
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**816,74**	**26,08**	**31,21**	**106,07**	-	**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	102,94
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	58,5	1,5	-	12	30	2,79
Итого (завтрак)			**566,21**	**19,5**	**19**	**79,95**	-	**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	66,29
63.6	Плов из мяса с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,77
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,65
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого (обед)			**899,19**	**29,27**	**34,05**	**119,38**	-	**224,27**
Итого			**1 465,4**	**48,77**	**53,05**	**199,33**	-	**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	10,83	-	-	1,67	50	19,29
554.14	Кнели из мяса кур с сырным соусом	Завтрак	253	13	16	15	130	102,94
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	33,5	1	-	7	15	1,40
Итого (завтрак)			**588,84**	**20**	**19,6**	**83,42**	-	**157,24**
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	66,29
63.6	Плов из мяса с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,77
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
94.9	Хлеб ржаной	Обед	43,5	1,5	-	9,75	15	1,17
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
4	Фрукт	Обед	32,67	0,27	0,27	8	100	17,93
Итого (обед)			**1 019,45**	**32,45**	**35,41**	**145,16**	-	**285,10**
Итого			**1 608,29**	**52,45**	**55,01**	**228,58**	-	**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	66,29
63.6	Плов из мяса с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,77
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**933,3**	**30,55**	**35,01**	**122,83**	-	**265,40**
завтрак 1-4 классы								
554.14	Кнели из мяса кур с сырным соусом	Завтрак	253	13	16	15	130	102,94
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	67	2	-	14	30	2,79
Итого			**574,71**	**20**	**19**	**81,95**	-	**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	76,75	1,01	6,06	4,79	50	19,29
63.6	Плов из мяса с куркумой	Завтрак	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,77
540	Напиток из кураги и изюма	Завтрак	88	1	-	23	200	11,76
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78	2	-	16	25	2,32
116.93	Маффин	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**816,74**	**26,08**	**31,21**	**106,07**	-	**176,94**
завтрак 5-11 классы род.плата								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	19,29
63.6	Плов из мяса с куркумой	Завтрак	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,77
540	Напиток из кураги и изюма	Завтрак	88	1	-	23	200	11,76
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78	2	-	16	25	2,32
116.93	Маффин	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**816,74**	**26,08**	**31,21**	**106,07**	-	**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	66,29
63.6	Плов из мяса с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,77
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,65
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**899,19**	**29,27**	**34,05**	**119,38**	-	**224,27**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	16.10.2026 15:31:32	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ СОШ № 138	Каюмова Анна Александровна	16.10.2026 16:03:35	1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA