ООО "ГЛОБУСРЕСУРС" **МАОУ СОШ № 138**

Меню на 12.11.2026

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	97,60
12.86	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/30	Обед	219,85	4,59	6,07	46,61	180	32,67
54.23	Напиток из кураги	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	11,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,62
94.36	Хлеб ржаной	Обед	48	2	-	10	25	2,63
4	Яблоко	Обед	250,67	0,43	0,43	12,37	160	28,68
Итого			**903,1**	**24,19**	**21,43**	**113,99**	-	**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	116,88
361.05	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,61
4	Яблоко	Завтрак	235	0,4	0,4	11,6	150	26,89
Итого (завтрак)			**649,71**	**17,56**	**17,79**	**73,83**	-	**149,52**
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/10/10	Обед	125	4	5	8	270	34,41
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	80,20
12.87	Рис "Золотистый"/кукурза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	39,48
54.23	Напиток из кураги	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	11,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	3,01
94.36	Хлеб ржаной	Обед	48	2	-	10	25	2,63
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого (обед)			**801,69**	**26,56**	**25,39**	**100,81**	-	**224,27**
Итого			**1 451,4**	**44,12**	**43,18**	**174,64**	-	**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	145,90
361.05	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	3,16
4	Яблоко	Завтрак	235	0,4	0,4	11,6	150	26,89
Итого (завтрак)			**821,79**	**19,02**	**17,79**	**77,96**	-	**179,09**
96.5	Огурец "Пикантный"	Обед	21,67	-	-	3,33	100	38,58
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/20/10	Обед	125	4	5	8	280	50,03
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	125	97,60
12.86	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/30	Обед	219,85	4,59	6,07	46,61	180	32,67
54.23	Напиток из кураги	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	11,74
94.36	Хлеб ржаной	Обед	48	2	-	10	25	2,63
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	3,11
4	Яблоко	Обед	235	0,4	0,4	11,6	150	26,89
Итого (обед)			**1 022,93**	**27,83**	**26,4**	**122,22**	-	**263,25**
Итого			**1 844,72**	**46,85**	**44,19**	**200,18**	-	**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	21,67	-	-	3,33	100	38,58
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/20/10	Обед	125	4	5	8	280	50,03
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	125	97,60
12.86	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/30	Обед	219,85	4,59	6,07	46,61	180	32,67
54.23	Напиток из кураги	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	11,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,5	3	-	21	45	4,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	57,6	2,4	-	12	30	3,16
4	Яблоко	Обед	235	0,4	0,4	11,6	150	26,89
Итого			**1 066,03**	**29,23**	**26,4**	**131,22**	-	**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	116,88
361.05	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,61
4	Яблоко	Завтрак	235	0,4	0,4	11,6	150	26,89
Итого			**649,71**	**17,56**	**17,79**	**73,83**	-	**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	97,60
12.86	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/30	Завтрак	219,85	4,59	6,07	46,61	180	32,67
369.05	Чай лимонный	Завтрак	39	0,12	0,02	9,83	200	6,80
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,17	2,33	-	16,33	35	3,54
355.01	Йогурт фруктовый	Завтрак	138	4	2	29	125	36,33
Итого			**693,83**	**24,86**	**22,96**	**110,69**	-	**176,94**
завтрак 5-11 классы род.плата								
104.79	Фрикассе из курицы	Завтрак	218,81	13,82	14,87	8,92	125	97,60
12.86	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/30	Завтрак	219,85	4,59	6,07	46,61	180	32,67
369.05	Чай лимонный	Завтрак	39	0,12	0,02	9,83	200	6,80
355.01	Йогурт фруктовый	Завтрак	138	4	2	29	125	36,33
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,17	2,33	-	16,33	35	3,54
Итого			**693,83**	**24,86**	**22,96**	**110,69**	-	**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 250/10/10	Обед	125	4	5	8	270	34,41
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	80,20
12.87	Рис "Золотистый"/кукурза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	39,48
54.23	Напиток из кураги	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	11,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	3,01
94.36	Хлеб ржаной	Обед	48	2	-	10	25	2,63
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**801,69**	**26,56**	**25,39**	**100,81**	-	**224,27**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	06.11.2026 14:23:40	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ СОШ № 138	Каюмова Анна Александровна	09.11.2026 07:57:02	1D3ED2D492C02E622818FCFE2A8B6BC5F77587CA