ООО "ГЛОБУСРЕСУРС" **МАОУ СОШ № 138**

Меню на 13.11.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 классы усиленный полдник род.плата								
539.15	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	94,39
46.97	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	174,58	5,19	4,84	32,64	180	23,48
361.05	Чай с сахаром	Обед	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	3,13
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**612,65**	**21,12**	**22,04**	**75,21**	-	**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
547.32	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	10,6	12	11,4	100	78,54
359.27	Пюре картофельное/капуста цветная с маслом	Завтрак	176,79	4,15	4,9	29,43	150	42,17
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	3,15
Итого (завтрак)			**627,59**	**22,83**	**17,92**	**76,67**	-	**149,52**
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/25	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	275	57,87
539.15	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	94,39
46.85	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	170,91	6,58	1,72	28,76	150	19,60
555.02	Напиток плодово-ягодный	Обед	88	1	-	23	200	17,13
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	111,67	3,33	-	23,33	50	5,23
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 (обед)			**1 073,44**	**34,24**	**26,27**	**126,89**	-	**224,27**
Итого			**1 701,03**	**57,07**	**44,19**	**203,56**	-	**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 15/15	Завтрак	109	6	1	12	30	22,52
547.32	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	10,6	12	11,4	100	78,54
359.29	Картофельное пюре/капуста цвет.отварн с масл слив1	Завтрак	177	4	5	29	180	43,86
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	2,63
Итого (завтрак)			**616,63**	**22,35**	**18,02**	**73,91**	-	**150,69**
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/30	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	280	69,78
539.15	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	94,39
46.97	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	174,58	5,19	4,84	32,64	180	23,48
555.02	Напиток плодово-ягодный	Обед	88	1	-	23	200	17,13
4	Яблоко	Обед	242,83	0,41	0,41	11,99	155	27,78
94.36	Хлеб ржаной	Обед	48	2	-	10	25	2,63
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,66
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого (обед)			**1 130,12**	**33,18**	**31,86**	**133,29**	-	**291,65**
Итого			**1 746,75**	**55,53**	**49,88**	**207,2**	-	**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 250/30	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	280	69,78
539.15	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	94,39
46.97	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	174,58	5,19	4,84	32,64	180	23,48
240.02	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	17,18
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	96	4	-	20	50	5,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,63
Итого			**894,95**	**33,11**	**31,45**	**123,64**	-	**265,40**
завтрак 1-4 классы								
98.79	Бутерброд с сыром 15/15	Завтрак	109	6	1	12	30	22,52
547.32	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	10,6	12	11,4	100	78,54
359.27	Пюре картофельное/капуста цветная с маслом	Завтрак	176,79	4,15	4,9	29,43	150	42,17
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	3,15
Итого			**627,59**	**22,83**	**17,92**	**76,67**	-	**149,52**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
завтрак 5-11 классы льгота								
539.15	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	244,99	12,13	14,72	7,6	100	94,39
46.97	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	174,58	5,19	4,84	32,64	180	23,48
361.05	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,14
116.93	Маффин	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	3,13
Итого			**612,65**	**21,12**	**22,04**	**75,21**	-	**176,94**
завтрак 5-11 классы род.плата								
539.15	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	244,99	12,13	14,72	7,6	100	94,39
46.97	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	174,58	5,19	4,84	32,64	180	23,48
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	3,13
116.93	Маффин	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**612,65**	**21,12**	**22,04**	**75,21**	-	**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 250/25	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	275	57,87
539.15	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	94,39
46.85	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	170,91	6,58	1,72	28,76	150	19,60
240.02	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	17,18
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	111,67	3,33	-	23,33	50	5,18
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			**1 055,44**	**33,24**	**26,27**	**123,89**	-	**224,27**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	09.11.2026 15:12:16	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58