

ООО "ШБС №11"

МАОУ СОШ № 113

## Меню на 10.12.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>1 смена - завтрак 1-4 кл (дотация)</b>								
234	Огурец "Пикантный"	Завтрак	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
104.03	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	144,53	8,51	9,9	7,43	100	75,28
8.2	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	16,88
195	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
170	Хлеб крестьянский с витаминами	Завтрак	100,38	3,38	1,13	20,18	25	2,09
<b>Итого</b>			<b>473,11</b>	<b>17,5</b>	<b>14,28</b>	<b>72,54</b>	-	<b>108,64</b>
<b>1 смена - завтрак 5-11 кл (дотация)</b>								
403.35	Плов из мяса с томатом и куркумой 250	Завтрак	331,56	18,5	12,64	45,89	250	76,99
83.12	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
109.56	Слойка с черникой	Завтрак	-	-	-	-	70	41,83
170	Хлеб крестьянский с витаминами	Завтрак	180,68	6,08	2,03	36,32	45	4,14
<b>Итого</b>			<b>550,9</b>	<b>24,7</b>	<b>14,69</b>	<b>92,04</b>	-	<b>128,56</b>
<b>1 смена - завтрак 5-11 кл родительская плата</b>								
403.35	Плов из мяса с томатом и куркумой 250	Завтрак	331,56	18,5	12,64	45,89	250	76,99
83.12	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
109.56	Слойка с черникой	Завтрак	-	-	-	-	70	41,83
170	Хлеб крестьянский с витаминами	Завтрак	180,68	6,08	2,03	36,32	45	4,14
<b>Итого</b>			<b>550,9</b>	<b>24,7</b>	<b>14,69</b>	<b>92,04</b>	-	<b>128,56</b>
<b>2 смена - обед 1-4 кл (дотация)</b>								
74.03	Суп из овощей 200 г	Обед	101,2	2,53	16,51	36,71	200	33,53
403.34	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	353,3	14,8	16,51	36,71	200	71,68
289.02	Компот из кураги и изюма 200г	Обед	87,6	1,02	0,06	23,18	200	11,20
109.56	Слойка с черникой	Обед	-	-	-	-	70	41,83
174	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
94.32	Хлеб подовый с отрубями	Обед	65,63	2	0,87	11,75	25	1,91
<b>Итого</b>			<b>674,9</b>	<b>22,34</b>	<b>34,15</b>	<b>122,42</b>	-	<b>162,95</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>2 смена - обед 5-11 кл (дотация)</b>								
234	Огурец "Пикантный"	Обед	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
74.36	Суп из овощей 250г.	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	250	47,28
403.35	Плов из мяса с томатом и куркумой 250	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	76,99
289.02	Компот из кураги и изюма 200г	Обед	87,6	1,02	0,06	23,18	200	11,20
109.56	Слойка с черникой	Обед	-	-	-	-	70	41,83
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,20
<b>Итого</b>			<b>643,4</b>	<b>25,75</b>	<b>20,71</b>	<b>102,81</b>	-	<b>192,84</b>
<b>2 смена - обед 5-11 кл родительская плата</b>								
234	Огурец "Пикантный"	Обед	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
74.36	Суп из овощей 250г.	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	250	47,28
403.35	Плов из мяса с томатом и куркумой 250	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	76,99
289.02	Компот из кураги и изюма 200г	Обед	87,6	1,02	0,06	23,18	200	11,20
109.56	Слойка с черникой	Обед	-	-	-	-	70	41,83
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	91,88	2,85	0,23	19,61	45	4,20
<b>Итого</b>			<b>643,4</b>	<b>25,75</b>	<b>20,71</b>	<b>102,81</b>	-	<b>192,84</b>
<b>2 смена - усиленный полдник 5-11 кл род. плата</b>								
403.35	Плов из мяса с томатом и куркумой 250	Полдник	331,56	18,5	12,64	45,89	250	76,99
83.12	Чай лимонный	Полдник	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
109.56	Слойка с черникой	Полдник	-	-	-	-	70	41,83
170	Хлеб крестьянский с витаминами	Полдник	180,68	6,08	2,03	36,32	45	4,14
<b>Итого</b>			<b>550,9</b>	<b>24,7</b>	<b>14,69</b>	<b>92,04</b>	-	<b>128,56</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак, обед 1-4 кл дети с ОВЗ, инв (дотация)								
234	Огурец "Пикантный"	Завтрак	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
104.03	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	144,53	8,51	9,9	7,43	100	75,28
8.2	Макароны отварные	Завтрак	183,94	5,3	2,98	34,11	150	16,88
195	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
170	Хлеб крестьянский с витаминами	Завтрак	100,38	3,38	1,13	20,18	25	2,28
Итого (завтрак)			473,11	17,5	14,28	72,54	-	108,83
74.35	Суп из овощей	Обед	-	-	-	-	200	33,53
403.34	Плов из мяса с томатом и куркумой	Обед	353,3	14,8	16,51	36,71	200	71,68
289.02	Компот из кураги и изюма 200г	Обед	87,6	1,02	0,06	23,18	200	11,20
109.56	Слойка с черникой	Обед	-	-	-	-	70	41,83
174	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
94.32	Хлеб подовый с отрубями	Обед	65,63	2	0,87	11,75	25	1,72
Итого (обед)			573,7	19,81	17,64	85,71	-	162,76
Итого			1 046,81	37,31	31,92	158,25	-	271,59

Завтрак, обед 5-11 кл дети с ОВЗ, инв (дотация)								
234	Огурец "Пикантный"	Завтрак	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
104.03	Котлета из филе кур с отрубями	Завтрак	144,53	8,51	9,9	7,43	100	75,28
8.4	Макароны отварные	Завтрак	220,73	6,36	5,57	40,93	180	20,21
195	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
143	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,36	2,31	0,22	13,07	45	4,19
Итого (завтрак)			487,88	17,49	15,96	72,25	-	114,07
347	Помидор свежий пикантный	Обед	10,79	0,37	0,32	1,68	35	13,21
74.36	Суп из овощей 250г.	Обед	125,9	3,15	7,53	13,15	250	59,89
403.35	Плов из мяса с томатом и куркумой 250	Обед	331,56	18,5	12,64	45,89	250	76,99
289.02	Компот из кураги и изюма 200г	Обед	87,6	1,02	0,06	23,18	200	11,20
109.56	Слойка с черникой	Обед	-	-	-	-	70	41,83
174	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	1,88
173	Хлеб подовый чусовской	Обед	58,01	1,98	0,36	12,51	30	2,33
Итого (обед)			669,84	26,68	21,08	108,14	-	207,33
Итого			1 157,72	44,17	37,04	180,39	-	321,40

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	10.12.2025 07:12:34	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 113	Лучанкина Анастасия Сергеевна	10.12.2025 10:23:36	89729ABEEE1A98882025416CCC84AB74A6B058ED