

ООО "ШБС №11"

МАОУ СОШ № 113

Меню на 19.01.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1 смена - завтрак 1-4 кл (дотация)								
50.33	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	206,13	6,12	5,39	34,52	210	33,22
98.23	Бутерброд с маслом с сыром 30/10/20	Завтрак	211,7	7,46	12,23	17,33	60	49,27
213.01	Топинг из ягод	Завтрак	21,44	0,03	0,04	5,45	30	8,25
83.39	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	6,68
527.01	Вафли	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	100	47,25
180	Батон с отрубями	Завтрак	144,39	4,4	1,91	25,85	55	4,85
Итого			745,76	19,56	20,81	121,36	-	149,52
1 смена - завтрак 5-11 кл (дотация)								
98.79	Бутерброд с сыром 20/25	Завтрак	20,35	1,55	0,86	5,73	45	35,07
19.52	Соте из мяса с овощами	Завтрак	221,17	10,86	12,69	12,12	100	87,28
12.42	Рис припущенный	Завтрак	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
83.41	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
515	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,01
Итого			708,3	22,63	22,36	99,3	-	176,94
1 смена - завтрак 5-11 кл (родительская плата)								
98.79	Бутерброд с сыром 20/25	Завтрак	20,35	1,55	0,86	5,73	45	35,07
19.52	Соте из мяса с овощами	Завтрак	221,17	10,86	12,69	12,12	100	87,28
12.42	Рис припущенный	Завтрак	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
83.39	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	6,68
515	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,01
Итого			729,64	22,81	22,34	104,67	-	176,94

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
2 смена - обед 1-4 кл (дотация)								
234	Огурец "Пикантный"	Обед	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
	Суп картофельный с							
75.2	горохом с гречками	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	305	68,76
	(мясо)250							
19.52	Соте из мяса с овощами	Обед	221,17	10,86	12,69	12,12	100	87,28
12.41	Рис припущенный	Обед	166,8	3,63	3,18	35,26	150	17,99
384.02	Компот из ягод	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	10,70
515	Батончик мюсли с	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
	фруктовой начинкой							
201	Хлеб крестьянский	Обед	134,34	3,96	0,38	28,04	30	2,80
	витаминный							
481	Хлеб подовый чусовской	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,10
Итого			948,99	29,35	25,92	153,57	-	224,27
2 смена - обед 5-11 кл (дотация)								
234	Огурец "Пикантный"	Обед	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,66
	Суп картофельный с							
75.2	горохом с гречками	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	305	68,76
	(мясо)250							
19.52	Соте из мяса с овощами	Обед	331,76	16,29	19,04	18,18	150	130,92
12.42	Рис припущенный	Обед	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
384.02	Компот из ягод	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	10,70
515	Батончик мюсли с	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
	фруктовой начинкой							
177	Хлеб крестьянский с	Обед	78,76	2,4	1,04	14,1	30	2,80
	витаминами							
173	Хлеб подовый чусовской	Обед	48,34	1,65	0,3	10,42	25	1,66
Итого			1 071,94	35,69	36,89	142,53	-	265,40
2 смена - обед 5-11 кл родительская плата								
234	Огурец "Пикантный"	Обед	3,23	0,12	0,13	0,49	15	5,66
	Суп картофельный с							
75.2	горохом с гречками	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	305	68,76
	(мясо)250							
19.52	Соте из мяса с овощами	Обед	331,76	16,29	19,04	18,18	150	130,92
12.42	Рис припущенный	Обед	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
384.02	Компот из ягод	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	10,70
515	Батончик мюсли с	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
	фруктовой начинкой							
143	Хлеб крестьянский	Обед	59,71	1,76	0,2	12,51	30	2,80
	витаминный							
173	Хлеб подовый чусовской	Обед	48,34	1,65	0,3	10,42	25	1,66
Итого			1 052,89	35,05	36,05	140,94	-	265,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
2 смена - усиленный полдник 5-11 кл род. плата								
98.79	Бутерброд с сыром 20/25	Полдник	20,35	1,55	0,86	5,73	45	35,07
19.52	Соте из мяса с овощами	Полдник	221,17	10,86	12,69	12,12	100	87,28
12.42	Рис припущенный	Полдник	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
83.41	Чай лимонный	Полдник	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
515	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Полдник	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Полдник	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,01
Итого			708,3	22,63	22,36	99,3	-	176,94
Завтрак, обед 1-4 кл дети с ОБЗ, инв (дотация)								
98.23	Бутерброд с маслом с сыром 30/10/20	Завтрак	211,7	7,46	12,23	17,33	60	49,27
50.33	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	206,13	6,12	5,39	34,52	210	33,22
83.41	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
213.01	Топинг из ягод	Завтрак	21,44	0,03	0,04	5,45	30	8,25
527.01	Вафли	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	100	47,25
180	Батон с отрубями	Завтрак	144,39	4,4	1,91	25,85	55	4,85
Итого (завтрак)			724,42	19,38	20,83	115,99	-	149,52
234	Огурец "Пикантный"	Обед	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
75.2	Суп картофельный с горохом с гречками (мясо)250	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	305	68,76
19.52	Соте из мяса с овощами	Обед	221,17	10,86	12,69	12,12	100	87,28
12.41	Рис припущенный	Обед	166,8	3,63	3,18	35,26	150	17,99
384.02	Компот из ягод	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	10,70
515	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
201	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	134,34	3,96	0,38	28,04	30	2,80
204	Хлеб подовый чусовской	Обед	49,72	1,7	0,31	10,72	30	2,10
Итого (обед)			940,69	29,07	25,87	154,27	-	224,27
Итого			1 665,11	48,45	46,7	270,26	-	373,79

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак, обед 5-11 кл дети с ОВЗ, инв (дотация)								
98.23	Бутерброд с маслом с сыром 30/10/20	Завтрак	211,7	7,46	12,23	17,33	60	49,27
50.33	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	206,13	6,12	5,39	34,52	210	33,22
213.01	Топинг из ягод	Завтрак	21,44	0,03	0,04	5,45	30	8,25
83.41	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,68
527.01	Вафли	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	100	47,25
426	Хлеб подовый с отрубями	Завтрак	90,24	2,75	1,2	16,16	55	5,13
Итого (завтрак)			670,27	17,73	20,12	106,3	-	149,80
234	Огурец "Пикантный"	Обед	15,07	0,54	0,58	2,29	70	26,45
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	305	68,75
19.52	Соте из мяса с овощами	Обед	331,76	16,29	19,04	18,18	150	130,92
12.42	Рис припущенный	Обед	247,65	6,54	7,32	32,19	180	21,60
384.02	Компот из ягод	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	10,70
215	Яблоко св. 140=	Обед	77,89	0,64	0,64	18,56	160	26,77
177	Хлеб крестьянский с витаминами	Обед	131,27	4	1,73	23,5	50	4,23
481	Хлеб подовый чусовской	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	3,11
Итого (обед)			1 141,1	38,09	37,61	152,22	-	292,53
Итого			1 811,37	55,82	57,73	258,52	-	442,33

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	15.01.2026 08:14:18	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 113	Лучанкина Анастасия Сергеевна	15.01.2026 10:43:09	89729ABEEE1A98882025416CCC84AB74A6B058ED