

Меню на 08.10.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4-завтрак								
267	Наггетсы куриные	Завтрак	216,3	11,9	10,9	32	100	121,29
463	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	153,1	5,5	5,8	25,3	150	11,12
12/19	Чай ягодный с облепихой	Завтрак	72,2	0,2	0,8	15,8	200	12,43
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	38	1,5	0,5	8	50	4,68
Итого			479,6	19,1	18	81,1	-	149,52
1-4-двухразовое ОБЗ								
267	Наггетсы куриные	Завтрак	216,3	11,9	10,9	32	100	121,29
463	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	153,1	5,5	5,8	25,3	150	11,12
12/19	Чай ягодный с облепихой	Завтрак	72,2	0,2	0,8	15,8	200	12,43
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	38	1,5	0,5	8	50	4,68
Итого (завтрак)			479,6	19,1	18	81,1	-	149,52
751	Суп с бобовыми, гренками и курой	Обед	192,4	8,7	7,5	25,3	270	28,67
637	Фахитос с филе индейки	Обед	247,1	11,6	12,8	24,3	100	143,37
466	Рис отварной/Огурец свежий "Пикантный"	Обед	205	3,9	5,7	25,9	175	29,63
659/2	Напиток из смеси ягод	Обед	105,8	0,3	0,1	26,1	200	16,44
-	Хлеб витаминизированный	Обед	34,2	1,4	0,5	7,2	45	4,21
52/1/12	Хлеб ржано-пшеничный	Обед	19	0,7	0,2	4	25	1,95
Итого (обед)			803,5	26,6	26,8	112,8	-	224,27
Итого			1 283,1	45,7	44,8	193,9	-	373,79
1-4-обед								
751	Суп с бобовыми, гренками и курой	Обед	192,4	8,7	7,5	25,3	270	28,67
637	Фахитос с филе индейки	Обед	247,1	11,6	12,8	24,3	100	143,37
466	Рис отварной/Огурец свежий "Пикантный"	Обед	205	3,9	5,7	25,9	175	29,63
659/2	Напиток из смеси ягод	Обед	105,8	0,3	0,1	26,1	200	16,44
-	Хлеб витаминизированный	Обед	34,2	1,4	0,5	7,2	45	4,21
52/1/12	Хлеб ржано-пшеничный	Обед	19	0,7	0,2	4	25	1,95
Итого			803,5	26,6	26,8	112,8	-	224,27

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11-безглютеновое								
18/19	Куриное филе запеченное	Завтрак	194,1	31,2	7,5	0,5	100	144,06
	Каша гречневая							
463	рассыпчатая с растительным маслом	Завтрак	280,9	9,2	8,7	41,6	180	8,05
14	Салат из свежих помидор	Завтрак	78,1	0,7	7,1	2,4	70	24,54
12/19	Чай ягодный с облепихой	Завтрак	72,2	0,2	0,8	15,8	200	12,46
Итого (завтрак)			625,3	41,3	24,1	60,3	-	189,11
138	Суп с бобовыми и курой	Обед	174,2	7,8	7,2	19,6	260	25,05
439	Куриное филе отварное с овощами	Обед	392,3	27,6	31,1	0,5	100	182,87
466	Рис отварной с растительным маслом	Обед	279,6	4,4	7	46,6	180	13,78
954	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	29,1	0,4	2,5	1,2	50	15,09
659/2	Напиток из смеси ягод	Обед	105,8	0,3	0,1	26,1	200	16,44
Итого (обед)			981	40,5	47,9	94	-	253,23
Итого			1 606,3	81,8	72	154,3	-	442,34
5-11-двухразовое ОБЗ								
267	Наггетсы куриные	Завтрак	216,3	11,9	10,9	32	100	121,29
463	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	289,6	9,1	8,8	31,6	215	39,48
12/19	Чай ягодный с облепихой	Завтрак	72,2	0,2	0,8	15,8	200	12,43
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	30,4	1,2	0,4	6,4	40	3,74
Итого (завтрак)			608,5	22,4	20,9	85,8	-	176,94
751	Суп с бобовыми, гречками и курой	Обед	192,4	8,7	7,5	25,3	270	28,67
637	Фахитос с филе индейки	Обед	247,1	11,6	12,8	24,3	100	163,31
466	Рис отварной	Обед	201,6	3,5	4,2	17,1	180	26,46
679	Оладья	Обед	226	3,7	5,7	12,3	25	21,79
659/2	Напиток из смеси ягод	Обед	105,8	0,3	0,1	26,1	200	16,44
-	Хлеб витаминизированный	Обед	45,6	1,8	0,6	9,6	60	5,61
52/1/12	Хлеб ржано-пшеничный	Обед	30,4	1,2	0,4	6,4	40	3,12
Итого (обед)			1 048,9	30,8	31,3	121,1	-	265,40
Итого			1 657,4	53,2	52,2	206,9	-	442,34
5-11-завтрак льготно								
267	Наггетсы куриные	Завтрак	216,3	11,9	10,9	32	100	121,29
463	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	289,6	9,1	8,8	31,6	215	39,48
12/19	Чай ягодный с облепихой	Завтрак	72,2	0,2	0,8	15,8	200	12,43
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	30,4	1,2	0,4	6,4	40	3,74
Итого			608,5	22,4	20,9	85,8	-	176,94

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11-завтрак платно								
267	Наггетсы куриные	Завтрак	216,3	11,9	10,9	32	100	121,29
463	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	289,6	9,1	8,8	31,6	215	39,48
12/19	Чай ягодный с облепихой	Завтрак	72,2	0,2	0,8	15,8	200	12,43
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	30,4	1,2	0,4	6,4	40	3,74
Итого			608,5	22,4	20,9	85,8	-	176,94

5-11-обед льготно								
751	Суп с бобовыми, гренками и курой	Обед	192,4	8,7	7,5	25,3	270	28,67
637	Фахитос с филе индейки	Обед	247,1	11,6	12,8	24,3	100	163,31
466	Рис отварной	Обед	201,6	3,5	4,2	17,1	180	26,46
679	Оладья	Обед	226	3,7	5,7	12,3	25	21,79
659/2	Напиток из смеси ягод	Обед	105,8	0,3	0,1	26,1	200	16,44
-	Хлеб витаминизированный	Обед	45,6	1,8	0,6	9,6	60	5,61
52/1/12	Хлеб ржано-пшеничный	Обед	30,4	1,2	0,4	6,4	40	3,12
Итого			1 048,9	30,8	31,3	121,1	-	265,40

5-11-обед платно								
751	Суп с бобовыми, гренками и курой	Обед	192,4	8,7	7,5	25,3	270	28,67
637	Фахитос с филе индейки	Обед	247,1	11,6	12,8	24,3	100	163,31
466	Рис отварной	Обед	201,6	3,5	4,2	17,1	180	26,46
679	Оладья	Обед	226	3,7	5,7	12,3	25	21,79
659/2	Напиток из смеси ягод	Обед	105,8	0,3	0,1	26,1	200	16,44
-	Хлеб витаминизированный	Обед	45,6	1,8	0,6	9,6	60	5,61
52/1/12	Хлеб ржано-пшеничный	Обед	30,4	1,2	0,4	6,4	40	3,12
Итого			1 048,9	30,8	31,3	121,1	-	265,40

5-11-полдник усиленный								
267	Наггетсы куриные	Полдник	216,3	11,9	10,9	32	100	121,29
463	Каша гречневая рассыпчатая	Полдник	289,6	9,1	8,8	31,6	215	39,48
12/19	Чай ягодный с облепихой	Полдник	72,2	0,2	0,8	15,8	200	12,43
-	Хлеб витаминизированный	Полдник	30,4	1,2	0,4	6,4	40	3,74
Итого			608,5	22,4	20,9	85,8	-	176,94

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "Школяр"	СТЕПАНОВА АННА ГЕОРГИЕВНА	07.10.2026 16:00:10	6A75A8B556785ADFB90957E6E6B76EADC3C171FB
МАОУ СОШ № 44	Райс Оксана Александровна	07.10.2026 16:18:01	1954C4E808AA5CF5040646263E5CB1CD5DA14E73

Меню на 08.10.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
гор.напиток								
12/19	Чай ягодный с клубникой	-	64,7	0,1	0,1	15,8	200	9,79
685	Чай с сахаром	-	59,9	-	-	15	200	6,41
напиток								
679	Напиток из черноплодной рябины	-	77,6	0,4	0,1	18,7	200	14,60
закуска								
50	Салат из свеклы с сыром	-	222,3	5,3	19,3	6,6	100	34,86
101/03	Сельдь с картофелем и маслом	-	217,5	11	12	16,3	50/100/5	96,22
33	Салат "Здоровье"	-	68,8	1,5	5,1	4	100	20,32
гарнир								
466	Рис отварной	-	264,4	4,5	5,2	46,7	180	26,46
472	Пюре картофельное	-	177,2	4	6,1	26,5	180	45,10
516	Макаронные изделия отварные	-	248,2	6,8	5,4	43,2	180	22,65
463	Каша гречневая рассыпчатая	-	265,9	9,2	7	41,7	180	24,58
2 блюдо								
16	Куриное филе по-итальянски	-	276	30,6	15,9	2,2	120	159,93
401	Гуляш из свинины	-	326,5	11,2	29,7	3,5	100	71,55
416	Котлета из свинины	-	375,8	12,2	29	17,4	100	66,06
15/03	Котлета Маленький секрет из куриного филе с сыром	-	288,3	13,2	8,7	26,3	100	119,91
булочное								
769	Булочка "Домашняя"	-	398,1	7,9	13,3	61,8	100	15,91
695	Ватрушка с творогом	-	278,7	13	6,7	41,3	100	42,42
79	Ватрушка со сметаной	-	245,7	6,6	6,6	40	100	21,17
687	Пирожок с капустой	-	232,6	6,7	4,5	41,4	100	13,40
869	Сдоба "Выборгская"	-	324,3	7	4,6	64,3	100	20,61

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "Школяр"	СТЕПАНОВА АННА ГЕОРГИЕВНА	07.10.2026 16:00:10	6A75A8B556785ADFB90957E6E6B76EADC3C171FB
МАОУ СОШ № 44	Райс Оксана Александровна	07.10.2026 16:18:01	1954C4E808AA5CF5040646263E5CB1CD5DA14E73