Меню на 12.11.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4-завтрак								
267	Наггетсы куриные	Завтрак	216,3	11,9	10,9	32	100	122,40
463	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	153,1	5,5	5,8	25,3	150	10,01
12/19	Чай ягодный с облепихой	Завтрак	72,2	0,2	0,8	15,8	200	11,53
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	38	1,5	0,5	8	50	5,58
Итого			**479,6**	**19,1**	**18**	**81,1**	-	**149,52**
1-4-двухразовое ОВЗ								
267	Наггетсы куриные	Завтрак	216,3	11,9	10,9	32	100	122,40
463	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	153,1	5,5	5,8	25,3	150	10,01
12/19	Чай ягодный с облепихой	Завтрак	72,2	0,2	0,8	15,8	200	11,53
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	38	1,5	0,5	8	50	5,58
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	141,56
466	Рис отварной/Огурец свежий "Пикантный"	Обед	205	3,9	5,7	25,9	175	29,88
659/2	Напиток из ягодной смеси	Обед	105,8	0,3	0,1	26,1	200	16,44
-	Хлеб витаминизированный	Обед	34,2	1,4	0,5	7,2	45	5,02
52/1/12	Хлеб ржано-пшеничный	Обед	19	0,7	0,2	4	25	2,70
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	141,56
466	Рис отварной/Огурец свежий "Пикантный"	Обед	205	3,9	5,7	25,9	175	29,88
659/2	Напиток из ягодной смеси	Обед	105,8	0,3	0,1	26,1	200	16,44
-	Хлеб витаминизированный	Обед	34,2	1,4	0,5	7,2	45	5,02
52/1/12	Хлеб ржано-пшеничный	Обед	19	0,7	0,2	4	25	2,70
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, ₽
5-11-безглютеновое								
18/19	Куриное филе запеченное	Завтрак	194,1	31,2	7,5	0,5	100	144,06
463	Каша гречневая рассыпчатая с растительным маслом	Завтрак	280,9	9,2	8,7	41,6	180	12,02
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**	-	**193,08**
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	178,90
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**	-	**249,26**
Итого			**1 606,3**	**81,8**	**72**	**154,3**	-	**442,34**
5-11-двухразовое ОВЗ								
267	Наггетсы куриные	Завтрак	216,3	11,9	10,9	32	100	122,40
463	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	289,6	9,1	8,8	31,6	215	38,55
12/19	Чай ягодный с облепихой	Завтрак	72,2	0,2	0,8	15,8	200	11,53
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	30,4	1,2	0,4	6,4	40	4,46
Итого (завтрак)			**608,5**	**22,4**	**20,9**	**85,8**	-	**176,94**
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	160,73
466	Рис отварной	Обед	201,6	3,5	4,2	17,1	180	26,76
679	Оладья	Обед	226	3,7	5,7	12,3	25	21,79
659/2	Напиток из ягодной смеси	Обед	105,8	0,3	0,1	26,1	200	16,44
-	Хлеб витаминизированный	Обед	45,6	1,8	0,6	9,6	60	6,69
52/1/12	Хлеб ржано-пшеничный	Обед	30,4	1,2	0,4	6,4	40	4,32
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	122,40
463	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	289,6	9,1	8,8	31,6	215	38,55
12/19	Чай ягодный с облепихой	Завтрак	72,2	0,2	0,8	15,8	200	11,53
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	30,4	1,2	0,4	6,4	40	4,46
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, ₽
5-11-завтрак платно								
267	Наггетсы куриные	Завтрак	216,3	11,9	10,9	32	100	122,40
463	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	289,6	9,1	8,8	31,6	215	38,55
12/19	Чай ягодный с облепихой	Завтрак	72,2	0,2	0,8	15,8	200	11,53
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	30,4	1,2	0,4	6,4	40	4,46
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	160,73
466	Рис отварной	Обед	201,6	3,5	4,2	17,1	180	26,76
679	Оладья	Обед	226	3,7	5,7	12,3	25	21,79
659/2	Напиток из ягодной смеси	Обед	105,8	0,3	0,1	26,1	200	16,44
-	Хлеб витаминизированный	Обед	45,6	1,8	0,6	9,6	60	6,69
52/1/12	Хлеб ржано-пшеничный	Обед	30,4	1,2	0,4	6,4	40	4,32
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	160,73
466	Рис отварной	Обед	201,6	3,5	4,2	17,1	180	26,76
679	Оладья	Обед	226	3,7	5,7	12,3	25	21,79
659/2	Напиток из ягодной смеси	Обед	105,8	0,3	0,1	26,1	200	16,44
-	Хлеб витаминизированный	Обед	45,6	1,8	0,6	9,6	60	6,69
52/1/12	Хлеб ржано-пшеничный	Обед	30,4	1,2	0,4	6,4	40	4,32
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	122,40
463	Каша гречневая рассыпчатая	Полдник	289,6	9,1	8,8	31,6	215	38,55
12/19	Чай ягодный с облепихой	Полдник	72,2	0,2	0,8	15,8	200	11,53
-	Хлеб витаминизированный	Полдник	30,4	1,2	0,4	6,4	40	4,46
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	11.11.2026 12:51:47	6A75A8B556785ADFB90957E6E6B76EADC3C171FB
МАОУ СОШ № 44	Райс Оксана Александровна	11.11.2026 13:01:37	1954C4E808AA5CF5040646263E5CB1CD5DA14E73

Меню на 12.11.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
гор.напиток								
12/19	Чай ягодный с клубникой	Да	64,7	0,1	0,1	15,8	200	9,79
685	Чай с сахаром	Да	59,9	-	-	15	200	6,41
напиток								
-	Сок 0,2	Да	92	-	-	23	200	34,03
679	Напиток из черноплодной рябины	Да	77,6	0,4	0,1	18,7	200	14,60
закуска								
50	Салат из свеклы с сыром	Да	222,3	5,3	19,3	6,6	100	36,05
101/03	Сельдь с картофелем и маслом	Да	217,5	11	12	16,3	50/100/5	96,22
33	Салат "Здоровье"	Да	68,8	1,5	5,1	4	100	20,32
гарнир								
466	Рис отварной	Да	264,4	4,5	5,2	46,7	180	26,76
472	Пюре картофельное	Да	177,2	4	6,1	26,5	180	45,40
516	Макаронные изделия отварные	Да	248,2	6,8	5,4	43,2	180	22,94
463	Каша гречневая рассыпчатая	Да	265,9	9,2	7	41,7	180	24,88
2 блюдо								
16	Куриное филе по-итальянски	Да	276	30,6	15,9	2,2	120	165,26
401	Гуляш из свинины	Да	326,5	11,2	29,7	3,5	100	71,55
416	Котлета из свинины	Да	375,8	12,2	29	17,4	100	66,06
15/03	Котлета Маленький секрет из куриного филе с сыром	Нет	288,3	13,2	8,7	26,3	100	123,45
булочное								
769	Булочка "Домашняя"	Да	398,1	7,9	13,3	61,8	100	15,91
695	Ватрушка с творогом	Да	278,7	13	6,7	41,3	100	42,42
79	Ватрушка со сметаной	Да	245,7	6,6	6,6	40	100	21,17
687	Пирожок с капустой	Да	232,6	6,7	4,5	41,4	100	13,40
869	Сдоба "Выборгская"	Да	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	11.11.2026 12:51:47	6A75A8B556785ADFB90957E6E6B76EADC3C171FB
МАОУ СОШ № 44	Райс Оксана Александровна	11.11.2026 13:01:37	1954C4E808AA5CF5040646263E5CB1CD5DA14E73