Меню на 13.11.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4-завтрак								
5/19	Минтай с овощами	Завтрак	229,7	11,3	12,1	3,1	100	113,94
516	Макаронные изделия отварные	Завтрак	206,9	5,6	4,5	36	150	19,12
12/19	Чай фруктовый с шиповником	Завтрак	102,5	0,5	0,2	22,2	200	10,88
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	38	1,5	0,5	8	50	5,58
Итого			**577,1**	**18,9**	**17,3**	**69,3**	-	**149,52**
1-4-двухразовое ОВЗ								
5/19	Минтай с овощами	Завтрак	229,7	11,3	12,1	3,1	100	113,94
516	Макаронные изделия отварные	Завтрак	206,9	5,6	4,5	36	150	19,12
12/19	Чай фруктовый с шиповником	Завтрак	102,5	0,5	0,2	22,2	200	10,88
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	38	1,5	0,5	8	50	5,58
Итого (завтрак)			**577,1**	**18,9**	**17,3**	**69,3**	-	**149,52**
110	Борщ со сметаной и курой	Обед	142,9	4	8,3	13	270	37,47
359/13	Жаркое "Курочка Ряба" из куриного филе/Огурец "Пря	Обед	241,6	16,1	11,2	43,8	220	128,90
679	Блинчик	Обед	236	3,7	7,5	22,3	40	27,98
660	Напиток из мандарин	Обед	104,1	0,2	-	25,6	200	22,20
-	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)			**777,8**	**26,1**	**27,7**	**115,9**	-	**224,27**
Итого			**1 354,9**	**45**	**45**	**185,2**	-	**373,79**
1-4-обед								
110	Борщ со сметаной и курой	Обед	142,9	4	8,3	13	270	37,47
359/13	Жаркое "Курочка Ряба" из куриного филе/Огурец "Пря	Обед	241,6	16,1	11,2	43,8	220	128,90
679	Блинчик	Обед	236	3,7	7,5	22,3	40	27,98
660	Напиток из мандарин	Обед	104,1	0,2	-	25,6	200	22,20
-	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			**777,8**	**26,1**	**27,7**	**115,9**	-	**224,27**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11-безглютеновое								
5/19	Минтай припущенный с овощами	Завтрак	81,9	15,9	0,9	2,4	110	136,06
465	Рис отварной	Завтрак	301,6	4,5	8,7	48	180	14,60
933/01	Груша свежая	Завтрак	199,4	0,8	0,6	47,1	183	81,37
12/19	Чай фруктовый с шиповником	Завтрак	102,5	0,5	0,2	22,2	200	10,88
Итого (завтрак)			**685,4**	**21,7**	**10,4**	**119,7**	-	**242,91**
110	Борщ с курой	Обед	127,9	3,8	6,8	12,8	260	33,06
359/13	Жаркое "Курочка Ряба" из куриного филе	Обед	274,5	18,3	13,7	45,2	250	112,83
3/19	Огурец "Пряный молодец"	Обед	23,2	0,3	2	0,7	40	18,46
636	Напиток из апельсин	Обед	141,2	0,5	0,1	34	200	35,08
Итого (обед)			**566,8**	**22,9**	**22,6**	**92,7**	-	**199,43**
Итого			**1 252,2**	**44,6**	**33**	**212,4**	-	**442,34**
5-11-двухразовое ОВЗ								
5/19	Минтай с овощами	Завтрак	229,7	11,3	12,1	3,1	100	113,94
516	Макаронные изделия отварные	Завтрак	248,3	6,7	5,4	43,2	180	21,10
-	Печенье	Завтрак	110	4	6,5	33,5	50	27,68
12/19	Чай фруктовый с шиповником	Завтрак	102,5	0,5	0,2	22,2	200	10,88
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	22,8	0,9	0,3	4,8	30	3,34
Итого (завтрак)			**713,3**	**23,4**	**24,5**	**106,8**	-	**176,94**
110	Борщ со сметаной и курой	Обед	142,9	4	8,3	13	270	37,47
359/13	Жаркое "Курочка Ряба" из куриного филе	Обед	274,5	18,3	13,7	45,2	250	119,29
689	Слойка с малиной	Обед	271,3	5,9	5,5	32,7	90	75,43
660	Напиток из мандарин	Обед	104,1	0,2	-	25,6	200	22,20
-	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)			**868,8**	**31,4**	**28,5**	**132,5**	-	**265,40**
Итого			**1 582,1**	**54,8**	**53**	**239,3**	-	**442,34**
5-11-завтрак льготно								
5/19	Минтай с овощами	Завтрак	229,7	11,3	12,1	3,1	100	113,94
516	Макаронные изделия отварные	Завтрак	248,3	6,7	5,4	43,2	180	21,10
-	Печенье	Завтрак	110	4	6,5	33,5	50	27,68
12/19	Чай фруктовый с шиповником	Завтрак	102,5	0,5	0,2	22,2	200	10,88
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	22,8	0,9	0,3	4,8	30	3,34
Итого			**713,3**	**23,4**	**24,5**	**106,8**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11-завтрак платно								
5/19	Минтай с овощами	Завтрак	229,7	11,3	12,1	3,1	100	113,94
516	Макаронные изделия отварные	Завтрак	248,3	6,7	5,4	43,2	180	21,10
-	Печенье	Завтрак	110	4	6,5	33,5	50	27,68
12/19	Чай фруктовый с шиповником	Завтрак	102,5	0,5	0,2	22,2	200	10,88
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	22,8	0,9	0,3	4,8	30	3,34
Итого			**713,3**	**23,4**	**24,5**	**106,8**	-	**176,94**
5-11-обед льготно								
110	Борщ со сметаной и курой	Обед	142,9	4	8,3	13	270	37,47
359/13	Жаркое "Курочка Ряба" из куриного филе	Обед	274,5	18,3	13,7	45,2	250	119,29
689	Слойка с малиной	Обед	271,3	5,9	5,5	32,7	90	75,43
660	Напиток из мандарин	Обед	104,1	0,2	-	25,6	200	22,20
-	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			**868,8**	**31,4**	**28,5**	**132,5**	-	**265,40**
5-11-обед платно								
110	Борщ со сметаной и курой	Обед	142,9	4	8,3	13	270	37,47
359/13	Жаркое "Курочка Ряба" из куриного филе	Обед	274,5	18,3	13,7	45,2	250	119,29
689	Слойка с малиной	Обед	271,3	5,9	5,5	32,7	90	75,43
660	Напиток из мандарин	Обед	104,1	0,2	-	25,6	200	22,20
-	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			**868,8**	**31,4**	**28,5**	**132,5**	-	**265,40**
5-11-полдник усиленный								
5/19	Минтай с овощами	Полдник	229,7	11,3	12,1	3,1	100	113,94
516	Макаронные изделия отварные	Полдник	248,3	6,7	5,4	43,2	180	21,10
-	Печенье	Полдник	110	4	6,5	33,5	50	27,68
12/19	Чай фруктовый с шиповником	Полдник	102,5	0,5	0,2	22,2	200	10,88
-	Хлеб витаминизированный	Полдник	22,8	0,9	0,3	4,8	30	3,34
Итого			**713,3**	**23,4**	**24,5**	**106,8**	-	**176,94**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "Школяр"	СТЕПАНОВА АННА ГЕОРГИЕВНА	12.11.2026 13:49:40	6A75A8B556785ADFB90957E6E6B76EADC3C171FB

Меню на 13.11.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
гор.напиток								
12/19	Чай ягодный с черноплодной рябиной	Да	68,1	0,2	-	16,6	200	11,60
напиток								
685/01	Напиток из ягодной смеси	Да	105,8	0,3	0,1	26,1	200	15,68
закуска								
33	Салат "Здоровье"	Да	68,8	1,5	5,1	4	100	20,32
101/03	Сельдь с картофелем и маслом	Да	169,7	6,5	8,7	16,3	25/100/5	57,20
гарнир								
516	Макаронные изделия отварные	Да	248,2	6,8	5,4	43,2	180	21,94
472	Пюре картофельное	Да	177,2	4	6,1	26,5	180	45,10
463	Каша гречневая рассыпчатая	Да	265,9	9,2	7	41,7	180	20,61
2 блюдо								
-	Минтай, запеченный в омлете	Да	434,5	26,1	32,8	8,7	200	140,55
30	Wok с индейкой	Нет	528,3	21,4	25	53,8	260	155,01
63	Фрикаделька из куриного филе	Да	183,9	19,8	6,4	12,5	100	97,17
булочное								
695	Ватрушка с творогом	Да	278,7	13	6,7	41,3	100	42,42
хлеб бел.								
679	Блинчик	Да	246	3,7	15,7	20,3	40	41,97

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "Школяр"	СТЕПАНОВА АННА ГЕОРГИЕВНА	12.11.2026 13:49:40	6A75A8B556785ADFB90957E6E6B76EADC3C171FB