Меню на 23.11.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4-завтрак								
1/1	Бутерброд с маслом	Завтрак	106,6	3,4	6,5	9,9	40	27,57
257	Каша ячневая молочная с маслом	Завтрак	238,8	8,3	8,1	31,4	190	43,45
933/01	Мандарин свежий	Завтрак	119,5	1	0,3	27,4	120	60,00
630/1	Чай с молоком	Завтрак	102,2	3,4	4,6	12,5	200	18,50
Итого			**567,1**	**16,1**	**19,5**	**81,2**	-	**149,52**
1-4-двухразовое ОВЗ								
1/1	Бутерброд с маслом	Завтрак	106,6	3,4	6,5	9,9	40	27,57
257	Каша ячневая молочная с маслом	Завтрак	238,8	8,3	8,1	31,4	190	43,45
933/01	Мандарин свежий	Завтрак	119,5	1	0,3	27,4	120	60,00
630/1	Чай с молоком	Завтрак	102,2	3,4	4,6	12,5	200	18,50
Итого (завтрак)			**567,1**	**16,1**	**19,5**	**81,2**	-	**149,52**
750	Суп с помидорами, сметаной и курой	Обед	122,7	4,2	8,4	12,2	270	43,20
29	Паста Карбонара из куриного филе/Кукуруза "Сладост	Обед	306,5	15,6	12,1	48,2	220	134,21
679	Оладья	Обед	226	3,7	5,7	12,3	25	21,79
631	Напиток яблочный	Обед	107,5	0,1	0,1	26,4	200	17,35
-	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)			**815,9**	**25,7**	**27**	**110,3**	-	**224,27**
Итого			**1 383**	**41,8**	**46,5**	**191,5**	-	**373,79**
1-4-обед								
750	Суп с помидорами, сметаной и курой	Обед	122,7	4,2	8,4	12,2	270	43,20
29	Паста Карбонара из куриного филе/Кукуруза "Сладост	Обед	306,5	15,6	12,1	48,2	220	134,21
679	Оладья	Обед	226	3,7	5,7	12,3	25	21,79
631	Напиток яблочный	Обед	107,5	0,1	0,1	26,4	200	17,35
-	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			**815,9**	**25,7**	**27**	**110,3**	-	**224,27**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11-безглютеновое								
439	Куриное филе отварное с овощами	Завтрак	392,3	27,6	31,1	0,5	100	172,04
463	Каша гречневая рассыпчатая с растительным маслом	Завтрак	280,9	9,2	8,7	41,6	180	12,02
954	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	23,7	0,4	1,8	1,3	35	12,43
12/19	Чай ягодный с клубникой	Завтрак	64,7	0,1	0,1	15,8	200	9,79
Итого (завтрак)			**761,6**	**37,3**	**41,7**	**59,2**	-	**206,28**
135	Суп из овощей с курой	Обед	121,7	3,7	6,9	11,1	260	31,05
18/19	Куриное филе запеченное	Обед	194,1	31,2	7,5	0,5	100	146,63
470	Картофель с растительным маслом	Обед	195,2	3,6	7	29,3	180	31,98
954	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	17,5	0,2	1,5	0,7	30	9,05
631	Напиток из яблок	Обед	114,6	0,2	0,2	27,9	200	17,35
Итого (обед)			**643,1**	**38,9**	**23,1**	**69,5**	-	**236,06**
Итого			**1 404,7**	**76,2**	**64,8**	**128,7**	-	**442,34**
5-11-двухразовое ОВЗ								
444	Индейка тушеная в красном соусе	Завтрак	260,6	11,1	14,1	48,6	100	123,00
466	Булгур отварной/Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	205,6	8,3	5,7	21,2	200	39,69
12/19	Чай ягодный с клубникой	Завтрак	64,7	0,1	0,1	15,8	200	9,79
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	30,4	1,2	0,4	6,4	40	4,46
Итого (завтрак)			**561,3**	**20,7**	**20,3**	**92**	-	**176,94**
750	Суп с помидорами, сметаной и курой	Обед	122,7	4,2	8,4	12,2	270	43,20
29	Паста Карбонара из куриного филе	Обед	396,2	19,1	17,9	46,9	270	133,84
933/01	Мандарин свежий	Обед	119,5	1	0,3	27,4	120	60,00
631	Напиток яблочный	Обед	107,5	0,1	0,1	26,4	200	17,35
-	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)			**821,9**	**27,4**	**27,7**	**128,9**	-	**265,40**
Итого			**1 383,2**	**48,1**	**48**	**220,9**	-	**442,34**
5-11-завтрак льготно								
444	Индейка тушеная в красном соусе	Завтрак	260,6	11,1	14,1	48,6	100	123,00
466	Булгур отварной/Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	205,6	8,3	5,7	21,2	200	39,69
12/19	Чай ягодный с клубникой	Завтрак	64,7	0,1	0,1	15,8	200	9,79
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	30,4	1,2	0,4	6,4	40	4,46
Итого			**561,3**	**20,7**	**20,3**	**92**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11-завтрак платно								
444	Индейка тушеная в красном соусе	Завтрак	260,6	11,1	14,1	48,6	100	123,00
466	Булгур отварной/Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	205,6	8,3	5,7	21,2	200	39,69
12/19	Чай ягодный с клубникой	Завтрак	64,7	0,1	0,1	15,8	200	9,79
-	Хлеб витаминизированный	Завтрак	30,4	1,2	0,4	6,4	40	4,46
Итого			**561,3**	**20,7**	**20,3**	**92**	-	**176,94**
5-11-обед льготно								
750	Суп с помидорами, сметаной и курой	Обед	122,7	4,2	8,4	12,2	270	43,20
29	Паста Карбонара из куриного филе	Обед	396,2	19,1	17,9	46,9	270	133,84
933/01	Мандарин свежий	Обед	119,5	1	0,3	27,4	120	60,00
631	Напиток яблочный	Обед	107,5	0,1	0,1	26,4	200	17,35
-	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			**821,9**	**27,4**	**27,7**	**128,9**	-	**265,40**
5-11-обед платно								
750	Суп с помидорами, сметаной и курой	Обед	122,7	4,2	8,4	12,2	270	43,20
29	Паста Карбонара из куриного филе	Обед	396,2	19,1	17,9	46,9	270	133,84
933/01	Мандарин свежий	Обед	119,5	1	0,3	27,4	120	60,00
631	Напиток яблочный	Обед	107,5	0,1	0,1	26,4	200	17,35
-	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			**821,9**	**27,4**	**27,7**	**128,9**	-	**265,40**
5-11-полдник усиленный								
444	Индейка тушеная в красном соусе	Полдник	260,6	11,1	14,1	48,6	100	123,00
466	Булгур отварной/Помидор свежий "Пикантный"	Полдник	205,6	8,3	5,7	21,2	200	39,69
12/19	Чай ягодный с клубникой	Полдник	64,7	0,1	0,1	15,8	200	9,79
-	Хлеб витаминизированный	Полдник	30,4	1,2	0,4	6,4	40	4,46
Итого			**561,3**	**20,7**	**20,3**	**92**	-	**176,94**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "Школяр"	СТЕПАНОВА АННА ГЕОРГИЕВНА	19.11.2026 10:49:44	6A75A8B556785ADFB90957E6E6B76EADC3C171FB
МАОУ СОШ № 44	Райс Оксана Александровна	19.11.2026 12:03:14	1954C4E808AA5CF5040646263E5CB1CD5DA14E73

Меню на 23.11.2026

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
напиток								
635/1	Напиток из облепихи	Да	140,2	0,3	1,4	31,4	200	17,99
закуска								
33	Салат "Здоровье"	Да	68,8	1,5	5,1	4	100	20,32
903/01	Яйцо с зеленым горошком	Да	98,5	7,9	5,9	3,6	100	56,64
50	Салат из свеклы с сыром	Да	222,3	5,3	19,3	6,6	100	32,46
гарнир								
466	Рис отварной	Да	264,4	4,5	5,2	46,7	180	26,76
516	Макаронные изделия отварные	Да	248,2	6,8	5,4	43,2	180	22,94
240	Картофель запечёный	Да	196,7	3,7	6,7	30,2	180	32,84
2 блюдо								
26/20	Бигус с куриным филе	Да	230	19	9,5	16,6	200	118,19
15/03	Котлета Маленький секрет из куриного филе с сыром	Да	368,3	26,9	23,1	13,6	100	123,45
416	Котлета из свинины	Да	375,8	12,2	29	17,4	100	66,41
булочное								
769	Булочка "Домашняя"	Да	398,1	7,9	13,3	61,8	100	15,91
813	Булочка с корицей	Да	329,6	9,5	6,8	57,5	100	24,01

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "Школяр"	СТЕПАНОВА АННА ГЕОРГИЕВНА	19.11.2026 10:49:44	6A75A8B556785ADFB90957E6E6B76EADC3C171FB
МАОУ СОШ № 44	Райс Оксана Александровна	19.11.2026 12:03:14	1954C4E808AA5CF5040646263E5CB1CD5DA14E73