

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ № 22" им. Героя РФ Н.Ф. Гаврилова

Н.И. Шестакова

ООО "ЭНКО плюс"
Школа № 22

Основное /организованное / МЕНЮ

01 октября 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "ЭНКО плюс"

М.А. Дольская

Наименование блюда	Раздел	№ рецептуры	Стоимость питания (руб.)	Выход (гр.)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак (с 7 до 11 лет)								
Масло порциями		96*	12,32	10	0,05	7,25	0,08	66
Каша молочная пшенная с маслом	Каша	311*	25,27	245/5	13,72	13,91	33,66	314
Чай с фруктовым соком	3-блюдо	79**	6,31	200	0,34	0,02	24,53	95
Хлеб пшеничный			5,10	50	3,80	0,40	24,30	119
Итого			49,00	510	17,91	21,58	82,57	594,00
Обед (с 7 до 11 лет)								
Салат из белокочанной капусты	закуска	43*	8,00	60	0,69	6,39	2,71	70
Суп картофельный с рыбой	1-блюдо	133*	12,10	200/5	3,12	1,96	15,30	94
Гуляш	2-блюдо	260***	59,80	100(50/50)	10,64	14,09	2,89	181
Рис отварной	гарнир	511*	15,10	150	3,60	9,00	35,70	238
Компот из свежих плодов	3-блюдо	631*	10,31	200	0,20	1,16	27,88	115
Хлеб ржано-пшеничный			4,69	60	4,50	0,90	25,80	126
Итого			110,00	775	22,75	33,50	110,28	824
Завтрак (с 12 лет и старше)								
Масло порциями		96*	12,32	10	0,05	7,25	0,08	66
Каша молочная пшенная с маслом	Каша	311*	37,27	285/12	16,44	15,98	42,33	378
Чай с фруктовым соком	3-блюдо	79**	6,31	200	0,34	0,02	24,53	95
Хлеб пшеничный			5,10	50	3,80	0,40	24,30	119
Итого			61,00	557	20,63	23,65	91,24	658
Обед (с 12 лет и старше)								
Салат из белокочанной капусты	закуска	43*	13,33	100	1,14	10,06	4,56	113
Суп картофельный с рыбой	1-блюдо	133*	15,76	250/7	3,72	2,56	20,04	125
Гуляш	2-блюдо	260***	59,80	100(50/50)	10,64	14,09	2,89	181
Рис отварной	гарнир	511*	18,11	180	4,58	10,80	42,84	275
Компот из свежих плодов	3-блюдо	631*	10,31	200	0,24	1,18	28,10	124
Хлеб ржано-пшеничный			4,69	60	4,50	0,90	25,80	126
Итого			122,00	897	24,82	39,59	124,23	944
Полдник								
Булочка сахарная			19,00	75	3,15	5,55	11,08	244
Сок фруктовый		389***	30,00	1/200	1,00	0,00	20,20	85
Итого			49,00					
Полдник								
Булочка сахарная			31,00	110	4,96	7,02	16,58	358
Сок фруктовый		389***	30,00	1/200	1,00	0,00	20,20	85
Итого			61,00					

Гл. бухгалтер

Зав.производством

Экономист

Хомич Л.С.

Никандрова М.В.

Цыбенко Е.А.