



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

ООО "ЭНКО плюс"
Школа № 22

Основное /организованное / МЕНЮ
06 октября 2026 г.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО "ЭНКО плюс"
М.А. Гольская

Наименование блюда	Раздел	№ рецептуры	Стоимость питания (руб.)	Выход (гр.)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак (с 7 до 11 лет)								
Сыр порциями		97*	10,35	10	2,45	2,85	0	36
Каша молочная овсяная с маслом	Каша	311*	28,03	245/5	13,96	12,12	32,09	294
Чай с лимоном	3-блюдо	686*	5,52	200	0,26	0,06	15,22	59
Хлеб пшеничный			5,10	50	3,80	0,40	24,30	119
Итого			49,00	510	20,47	15,43	71,61	508,00
Обед (с 7 до 11 лет)								
Овощи натуральные свежие (огурцы)	закуска	71***	14,63	60	0,48	0,12	3,12	12
Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной	1-блюдо	110*	19,88	200/5/5	3,56	7,82	10,67	109
Биточки с геркулесом с соусом	2-блюдо	522	47,61	90(60/30)	9,28	18,40	8,42	236
Каша гречневая рассыпчатая	гарнир	302***	14,38	150	8,79	6,62	43,08	271
Компот из смеси сухофруктов	3-блюдо	639*	8,81	200	0,44	0,00	28,88	116
Хлеб ржано-пшеничный			4,69	60	4,50	0,90	25,80	126
Итого			110,00	770	27,05	33,86	119,97	870
Завтрак (с 12 лет и старше)								
Сыр порциями		97*	10,35	10	2,45	2,85	0	36
Каша молочная овсяная с маслом	Каша	311*	40,03	285/15	16,55	14,92	41,55	355
Чай с лимоном	3-блюдо	686*	5,52	200	0,26	0,06	15,22	59
Хлеб пшеничный			5,10	50	3,80	0,40	24,30	119
Итого			61,00	560	23,06	18,23	81,07	569
Обед (с 12 лет и старше)								
Овощи натуральные свежие (огурцы)	закуска	71***	22,79	100	0,80	0,20	5,20	20
Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной	1-блюдо	110*	20,72	250/5/5	3,95	8,72	13,29	131
Биточки с геркулесом с соусом	2-блюдо	522	47,74	100(60/40)	10,30	20,40	9,30	262
Каша гречневая рассыпчатая	гарнир	302***	17,25	180	9,44	7,62	44,33	325
Компот из смеси сухофруктов	3-блюдо	639*	8,81	200	0,44	0,00	28,88	116
Хлеб ржано-пшеничный			4,69	60	4,50	0,90	25,80	126
Итого			122,00	900	29,43	37,84	126,80	980
Полдник								
Ватрушка с творогом			19,00	60	5,24	8,88	37,59	312
Сок фруктовый		389***	30,00	1/200	1,00	0,00	20,20	85
Итого			49,00					
Полдник								
Ватрушка с творогом			31,00	93	6,78	9,02	42,33	374
Сок фруктовый		389***	30,00	1/200	1,00	0,00	20,20	85
Итого			61,00					

Гл. бухгалтер
Зав.производством
Экономист

Handwritten signatures of the accounting, production, and economic staff.

Хомич Л.С.
Никандрова М.В.
Цыбенко Е.А.