

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

Н.И. Пестякова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО "ЭНКО плюс"

М.А. Нольская

ООО "ЭНКО плюс"
Школа № 22

Основное /организованное / МЕНЮ
11 сентября 2026 г.

Наименование блюда	Раздел	№ рецептуры	Стоимость питания (руб.)	Выход (гр.)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак (с 7 до 11 лет)								
Масло порциями		96*	12,6	10	0,05	7,25	0,08	66
Каша молочная гречневая с маслом	Каша	311*	25,78	245/8	11,42	14,02	36,88	326
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	513	15,53	21,73	76,48	570,00
Обед (с 7 до 11 лет)								
Овощи натуральные свежие (помидоры)	закуска	71***	14,08	60	1,04	3,66	1,14	47
Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	1-блюдо	140*	16,92	200/8	3,44	2,67	15,85	102
Фрикадельки "Наполи"	2-блюдо	549	45,34	90(60/30)	9,65	10,76	10,05	177
Рис отварной	гарнир	511*	15,29	150	3,60	9,00	35,70	238
Компот из плодов сушеных (курага)	3-блюдо	638*	13,68	200	1,04		30,96	128
Хлеб ржано-пшеничный			4,69	60	4,50	0,90	25,80	126
Итого			110,00	768	23,27	26,99	119,50	818
Завтрак (с 12 лет и старше)								
Масло порциями		96*	12,6	10	0,05	7,25	0,08	66
Каша молочная гречневая с маслом	Каша	311*	37,78	285/16	13,29	16,54	42,90	375
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	561	17,40	24,25	82,50	619
Обед (с 12 лет и старше)								
Овощи натуральные свежие (помидоры)	закуска	71***	23,47	100	1,10	0,20	3,80	22
Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	1-блюдо	242	15,88	250/5	3,88	3,13	18,50	118
Фрикадельки "Наполи"	2-блюдо	549	45,94	100(60/40)	9,82	11,21	10,83	185
Рис отварной	гарнир	511*	18,34	180	4,58	10,80	42,84	275
Компот из плодов сушеных (курага)	3-блюдо	638*	13,68	200	1,04		30,96	128
Хлеб ржано-пшеничный			4,69	60	4,50	0,90	25,80	126
Итого			122,00	895	24,92	26,24	132,73	854
Полдник								
Слойка с вар.сгущенкой			40,81	1/100	2,96	6,05	24,58	296
Компот из св.плодов		669*	8,19	200	0,96		19,22	116
Итого			49,00					
Полдник								
Яблоки			12,00	1/75	0,46	1,96	5,15	84
Слойка с вар.сгущенкой			40,81	1/100	2,96	6,05	24,58	296
Компот из св.плодов		669*	8,19	200	0,96		19,22	116
Итого			61,00					

Гл. бухгалтер

Зав.производством

Экономист

Хомич Л.С.

Никандрова М.В.

Цыбенко Е.А.