

СОГЛАСОВАНО:

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

Н.И. Шестакова

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "ЭНКО плюс"

М.А. Нольская

документов

ООО "ЭНКО плюс"

Школа № 22

Основное /организованное / МЕНЮ

17 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 пшенная с маслом	Каша	311*	24,99	245/7	13,88	13,98	34,15	321
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	512	18,07	21,65	83,06	601,00
Обед (с 7 до 11 лет)								
Салат из белокочанной капусты	закуска	43*	7,66	60	0,69	6,39	2,71	70
Суп картофельный с рыбой	1-блюдо	133*	18,39	200/9	3,14	1,97	15,30	98
Гуляш	2-блюдо	260***	53,66	100(50/50)	10,64	14,09	2,89	181
Рис отварной	гарнир	511*	15,29	150	3,60	9,00	35,70	238
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			110,00	779	22,81	33,53	110,50	837
Завтрак (с 12 лет и старше)								
Масло порциями		96*	12,6	10	0,05	7,25	0,08	66
Каша молочная пшенная с маслом	Каша	311*	36,99	285/14	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	559	20,63	23,65	91,24	658
Обед (с 12 лет и старше)								
Салат из белокочанной капусты	закуска	43*	12,76	100	1,14	10,06	4,56	113
Суп картофельный с рыбой	1-блюдо	133*	22,24	250/10	3,72	2,56	20,04	125
Гуляш	2-блюдо	260***	53,66	100(50/50)	10,64	14,09	2,89	181
Рис отварной	гарнир	511*	18,34	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	900	24,82	39,59	124,23	944
			Полдник					
Коржик "молочный"			37,73	1/80	3,15	5,55	11,08	244
Компот из чернослива		638*	11,27	200	1,22	2,02	11,58	118
Итого			49,00					
			Полдник					
Коржик "молочный"			37,73	1/80	3,15	5,55	11,08	244
Яблоко			12,00	1/74	0,40	0,04	0,04	44
Компот из чернослива		638*	11,27	200	1,22	2,02	11,58	118
Итого			61,00					

Гл. бухгалтер

Зав. производством

Экономист

Хомич Л.С.

Никандрова М.В.

Цыбенко Е.А.