



СОГЛАСОВАНО:

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

Н.И. Шестакова



УТВЕРЖАЮ:

Директор ООО "ЭНКО плюс"

М.А. Польская

ООО "ЭНКО плюс"

Школа № 22

Основное /организованное / МЕНЮ

22 сентября 2026 г.

Наименование блюда	Раздел	№ рецептуры	Стоимость питания (руб.)	Выход (гр.)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак (с 7 до 11 лет)								
Сыр порциями		97*	9,86	10	2,45	2,85	0	36
Каша молочная овсяная с маслом	Каша	311*	28,52	245/9	13,98	12,13	32,11	296
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	514	20,49	15,44	71,63	510,00
Обед (с 7 до 11 лет)								
Овощи натуральные свежие (огурцы)	закуска	71***	14,08	60	0,48	0,12	3,12	12
Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной	1-блюдо	110*	20,43	200/9/5	3,58	7,83	10,68	116
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	6,78	43,42	282
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	774	27,07	34,03	120,32	888
Завтрак (с 12 лет и старше)								
Сыр порциями		97*	9,86	10	2,45	2,85	0	36
Каша молочная овсяная с маслом	Каша	311*	40,52	285/16	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	561	23,06	18,23	81,07	569
Обед (с 12 лет и старше)								
Овощи натуральные свежие (огурцы)	закуска	71***	23,47	100	0,80	0,20	5,20	20
Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной	1-блюдо	110*	19,58	250/7/5	3,96	6,87	13,30	134
Биточки с геркулесом с соусом	2-блюдо	522	48,20	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	902	29,44	35,99	126,81	983
Полдник								
Пирожки печеные с кап./мясом			19,00	50	3,75	7,22	32,78	217
Сок фруктовый			30,00	1/200	1	0	20,2	85
Итого			49,00					
Полдник								
Пирожки печеные с кап./мясом			31,00	80	5,33	10,89	44,24	346
Сок фруктовый			30,00	1/200	1	0	20,2	85
Итого			61,00					

Гл. бухгалтер

Зав.производством

Экономист

Хомич Л.С.

Никандрова М.В.

Цыбенко Е.А.