



Н.И. Шестакова

ООО "ЭНКО плюс"
Школа № 22

Основное /организованное / МЕНЮ
29 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*	13,86	10	0,05	7,25	0,08	66
Каша молочная овсяная с маслом	Каша	311*	26,98	245/5	13,96	12,12	32,09	294
Чай с сахаром	3-блюдо	685*	3,06	200	0,20	0,05	15,01	57
Хлеб пшеничный			5,10	50	3,80	0,40	24,30	119
Итого			49,00	510	18,01	19,82	71,48	536,00
Обед (с 7 до 11 лет)								
Салат из сырых овощей	закуска	37*	11,70	60	0,70	6,42	2,74	71
Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной	1-блюдо	110*	16,74	200/5/5	3,56	7,82	10,67	109
Гёfteли	2-блюдо	279***	54,74	90(60/30)	11,50	13,70	10,30	206
Каша гречневая рассыпчатая	гарнир	510*	14,38	150	8,76	6,62	43,08	271
Напиток лимонный	3-блюдо	699*	7,75	200	0,20	0,04	25,73	100
Хлеб ржано-пшеничный			4,69	60	4,50	0,90	25,80	126
Итого			110,00	770	29,22	35,50	118,32	883
Завтрак (с 12 лет и старше)								
Масло порциями		96*	13,86	10	0,05	7,25	0,08	66
Каша молочная овсяная с маслом	Каша	311*	38,98	285/12	16,55	14,92	41,55	355
Чай с сахаром	3-блюдо	685*	3,06	200	0,20	0,05	15,01	57
Хлеб пшеничный			5,10	50	3,80	0,40	24,30	119
Итого			61,00	557	20,60	22,62	80,94	597
Обед (с 12 лет и старше)								
Салат из сырых овощей	закуска	37*	19,51	100	1,16	10,07	4,57	114
Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной	1-блюдо	110*	17,42	250/5/5	3,95	8,72	13,29	131
Гёfteли	2-блюдо	279***	55,38	100(60/40)	12,80	15,22	11,44	229
Каша гречневая рассыпчатая	гарнир	510*	17,25	180	10,51	7,94	51,70	325
Напиток лимонный	3-блюдо	699*	7,75	200	0,20	0,04	25,73	100
Хлеб ржано-пшеничный			4,69	60	4,50	0,90	25,80	126
Итого			122,00	900	33,12	42,89	132,53	1 025
Полдник								
Ватрушка с творогом			19,00	60	5,24	8,88	37,59	296
Сок фруктовый		389***	30,00	1/200	1,00	0,00	20,20	85
Итого			49,00					
Полдник								
Груша			48,00	1/180	0,63	0,05	21,36	144
Сок фруктовый		389***	13,00	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.