

СОГЛАСОВАНО:

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

Н.И. Шестакова

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "ЭНКО плюс"

М.А. Нольская

ООО "ЭНКО плюс"
Школа № 22Основное /организованное / МЕНЮ
30 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*	11,39	10	2,45	2,85	0	36
Каша молочная рисовая с маслом	Каша	311*	26,99	245/5	12,16	13,93	36,62	321
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	18,67	17,24	76,14	535,00
Обед (с 7 до 11 лет)								
Салат из свеклы с яблоками	закуска	54**	6,37	60	1,31	5,16	11,83	78
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	1-блюдо	124*	16,22	250/5/5	2,85	6,54	7,73	107
Кнели из цыплят с рисом с соусом	2-блюдо	218**	56,82	90(60/30)	10,59	8,87	6,76	150
Пюре картофельное	гарнир	520*	19,59	150	3,70	6,70	22,90	167
Компот из смеси сухофруктов	3-блюдо	639*	6,31	200	0,44	0,00	28,88	116
Хлеб ржано-пшеничный			4,69	60	4,50	0,90	25,80	126
Итого			110,00	820	23,39	28,17	103,90	744
Завтрак (с 12 лет и старше)								
Сыр порциями		97*	11,39	10	2,45	2,85	0	36
Каша молочная рисовая с маслом	Каша	311*	38,99	285/15	14,53	17,02	43,55	396
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	21,04	20,33	83,07	610
Обед (с 12 лет и старше)								
Салат из свеклы с яблоками	закуска	54**	10,62	100	1,39	9,42	11,97	128
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	1-блюдо	124*	19,45	250/6/5	2,82	5,67	7,74	112
Кнели из цыплят с рисом с соусом	2-блюдо	218**	57,42	100(60/40)	11,70	9,80	7,50	168
Пюре картофельное	гарнир	520*	23,51	180	4,40	7,40	26,41	185
Компот из смеси сухофруктов	3-блюдо	639*	6,31	200	0,44	0,00	28,88	116
Хлеб ржано-пшеничный			4,69	60	4,50	0,90	25,80	126
Итого			122,00	901	25,25	33,19	108,30	835
Полдник								
Круассан с начинкой			37,73	1/80	3,15	5,55	11,08	244
Сок фруктовый		638***	11,27	175	0,96	0,00	20,18	82
Итого			49,00					
Полдник								
Мармелад			57,94	1/75	3,15	5,55	11,08	244
Чай с сахаром			3,06	200	0,20	1,00	15,22	57
Итого			61,00					

Гл. бухгалтер

Зав.производством

Экономист

Хомич Л.С.

Никандрова М.В.

Цыбенко Е.А.