

ООО "Общепит"
МБОУ СОШ № 18



СОГЛАСОВАНО

Директор

S. P. Tapreko

" 15 " января 2026 г.

МЕНЮ "15" января 2026 г.

| Наименование | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. ценность | № Рецеп. |
|---|-------|--------|-------|-------|----------|-----------------|------------|
| Завтрак: | | | | | | | |
| Каша молочная вязкая овсяная "Геркулес" | 185 | 38,96 | 7 | 8,8 | 31 | 231 | 9.9.1III |
| Фрукты свежие (яблоки) | 130 | 23,00 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 61,4 | 7.13.1III |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 12,00 | 3,2 | 2,8 | 18,5 | 109 | 3.31.1III |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 30 | 3,00 | 2,5 | 0,27 | 21 | 75 | 12.1.2III |
| Стоимость завтрака | | 76,96 | 13,22 | 12,39 | 83,24 | 476,40 | |
| Обед: | | | | | | | |
| Цыпцы из свежей капусты с картофелем | 205 | 16,00 | 8,2 | 6,4 | 7 | 121 | 1.2.1III |
| Макаронные изделия отварные | 90 | 39,52 | 6,9 | 9,75 | 8 | 147,8 | 2.194.1III |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 13,00 | 5,5 | 3,9 | 32,8 | 190 | 4.2.2III |
| Чай "Витаминизированный" | 200 | 7,00 | 0,5 | 0,2 | 10,2 | 83 | 3.1.1III |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 40 | 4,00 | 3,36 | 0,36 | 28 | 100 | 12.1.2III |
| Хлеб ржаной | 30 | 4,00 | 2,44 | 0,5 | 22 | 86 | 6.24 |
| Стоимость обеда | | 83,52 | 26,90 | 21,11 | 108,00 | 727,80 | |
| Стоимость питания в день | | 160,48 | 40,12 | 33,50 | 191,24 | 1204,20 | |

Повар - бригадир

Бухгалтер

Allegro

ООО "Общепит"
МБОУ СОШ № 18



СОГЛАСОВАНО

Директор

ЗР Гареев

" 15 " января 2026 г.

Категории питающихся СВО (1-4 КЛ)

МЕНЮ " 15 " января 2026 г.

| Наименование | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. ценность | № Рецепт. |
|---|-------|---------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|------------|
| Завтрак: | | | | | | | |
| Каша молочная вязкая овсяная "Теркулес" | 185 | 38,96 | 7 | 8,8 | 31 | 231 | 9.9.1III |
| Фрукты свежие (яблоки) | 130 | 23,00 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 61,4 | 7.13.1III |
| Кофеинный напиток на молоке | 200 | 12,00 | 3,2 | 2,8 | 18,5 | 109 | 3.31.1III |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 30 | 3,00 | 2,5 | 0,27 | 21 | 75 | 12.1.2III |
| Стоимость завтрака | | 76,96 | 13,22 | 12,39 | 83,24 | 476,40 | |
| Обед: | | | | | | | |
| Цып из свежей капусты с картофелем | 205 | 16,00 | 8,2 | 6,4 | 7 | 121 | 1.2.1III |
| Пельмели из говядины с рисом с соусом | 90 | 42,07 | 6,9 | 9,75 | 8 | 147,8 | 2.194.1III |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 13,00 | 5,5 | 3,9 | 32,8 | 190 | 4.2.2III |
| Чай "Витаминизированный" | 200 | 7,00 | 0,5 | 0,2 | 10,2 | 83 | 3.1.1III |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 40 | 4,00 | 3,36 | 0,36 | 28 | 100 | 12.1.2III |
| Хлеб рожаной | 30 | 4,00 | 2,44 | 0,5 | 22 | 86 | 6.24 |
| Стоимость обеда | | 86,07 | 26,90 | 21,11 | 108,00 | 727,80 | |
| Стоимость питания в день | | 163,03 | 40,12 | 33,50 | 191,24 | 1204,20 | |

Повар - бригадир

Марк

Бухгалтер

Г.

ООО "Общепит"
МБОУ СОШ № 18



СОГЛАСОВАНО

Директор

З.Р. Гареев

" 15 " января 2026 г.

Питание с 1 по 4 кз, ММС с 1-4 кз

МЕНЮ " 15 " января 2026 г.

| Наименование | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. ценность | № Рецепт |
|---|-------|--------|-------|-------|----------|-----------------|------------|
| Завтрак: | | | | | | | |
| Каша молочная вязкая овсяная "Геркулес" | 185 | 38,96 | 7 | 8,8 | 31 | 231 | 9.9.1III |
| Фрукты свежие (яблоки) | 130 | 23,00 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 61,4 | 7.13.1III |
| Кофеинный напиток на молоке | 200 | 12,00 | 3,2 | 2,8 | 18,5 | 109 | 3.31.1III |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 30 | 3,00 | 2,5 | 0,27 | 21 | 75 | 12.1.2III |
| Стоимость завтрака | | 76,96 | 13,22 | 12,39 | 83,24 | 476,40 | |
| Обед: | | | | | | | |
| Цыпки из свежей капусты с картофелем | 205 | 24,00 | 8,2 | 6,4 | 7 | 121 | 1.2.1III |
| Пюфтели из говядины с рисом с соусом | 90 | 50,00 | 6,9 | 9,75 | 8 | 147,8 | 2.194.1III |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 14,00 | 5,5 | 3,9 | 32,8 | 190 | 4.2.2III |
| Чай "Витаминизированный" | 200 | 7,00 | 0,5 | 0,2 | 10,2 | 83 | 3.1.1III |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 40 | 4,00 | 3,36 | 0,36 | 28 | 100 | 12.1.2III |
| Хлеб ржаной | 30 | 4,00 | 2,44 | 0,5 | 22 | 86 | 6.24 |
| Стоимость обеда | | 103,00 | 26,90 | 21,11 | 108,00 | 727,80 | |
| Стоимость питания в день | | 179,96 | 40,12 | 33,50 | 191,24 | 1204,20 | |

Повар - бригадир

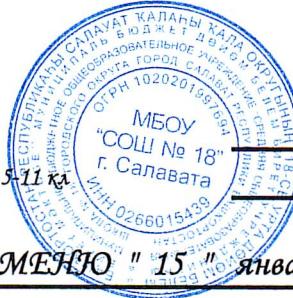
Бухгалтер

Алх

Г

ООО "Общепит"
МБОУ СОШ № 18

Категория питающихся с 5-11 км



СОГЛАСОВАНО

Директор

З.Р. Гареева

" 15 " января 2026 г.

МЕНЮ " 15 " января 2026 г.

| Наименование | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. ценность | № Рецепт. |
|---|-------|---------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|------------|
| Завтрак: | | | | | | | |
| Каша молочная вязкая овсяная "Теркулес" | 210 | 57,00 | 8 | 10 | 35 | 264 | 9.9.1III |
| Фрукты свежие (яблоки) | 130 | 28,00 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 61,4 | 7.13.1III |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 12,00 | 3,2 | 2,8 | 18,5 | 109 | 3.31.1III |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 40 | 4,00 | 3,33 | 0,36 | 28 | 100 | 12.1.2III |
| Стоимость завтрака | | 101,00 | 15,05 | 13,68 | 94,24 | 534,40 | |
| Обед: | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 255 | 22,00 | 10,2 | 8 | 8,75 | 151 | 1.2.1III |
| Пфетели из говядины с рисом с соусом | 100 | 54,00 | 7,6 | 10,83 | 8,8 | 164,2 | 2.194.1III |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 18,00 | 6,6 | 5,04 | 39,3 | 229,2 | 4.2.2III |
| Чай "Витаминизированный" | 200 | 10,00 | 0,5 | 0,2 | 10,2 | 83 | 3.1.1III |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 40 | 4,00 | 3,36 | 0,36 | 28 | 100 | 12.1.2III |
| Хлеб ржаной | 40 | 5,00 | 3,25 | 0,7 | 29,33 | 114,7 | 6.24 |
| Стоимость обеда в день | | 113,00 | 31,51 | 25,13 | 124,38 | 842,10 | |
| Стоимость питания в день | | 214,00 | 46,56 | 38,81 | 218,62 | 1376,50 | |

Повар - бригадир

Мах

Бухгалтер

Ж

ООО "Общепит"
МБОУ СОШ № 18

Категории питаниующихся ОВЗ и ДИ (5-11 кг) и СВО



СОГЛАСОВАНО

Директор

З.Ф. Гареев

" 15 " января 2026 г.

МЕНЮ " 15 " января 2026 г.

| Наименование | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. ценность | № Рецепт. |
|---|-------|---------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|------------|
| Завтрак: | | | | | | | |
| Каша молочная вязкая овсяная "Теркулес" | 210 | 40,47 | 8 | 10 | 35 | 264 | 9.9.1III |
| Фрукты свежие (яблоки) | 90 | 27,00 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 61,4 | 7.13.1III |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 12,00 | 3,2 | 2,8 | 18,5 | 109 | 3.31.1III |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 50 | 5,00 | 3,33 | 0,36 | 28 | 100 | 12.1.2III |
| Стоймость завтрака | | 84,47 | 15,05 | 13,68 | 94,24 | 534,40 | |
| Обед: | | | | | | | |
| Цы из свежей капусты с картофелем | 255 | 17,00 | 10,2 | 8 | 8,75 | 151 | 1.2.1III |
| Пфетели из говядины с рисом с соусом | 100 | 40,64 | 7,6 | 10,83 | 8,8 | 164,2 | 2.194.1III |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 16,00 | 6,6 | 5,04 | 39,3 | 229,2 | 4.2.2III |
| Чай "Витаминизированный" | 200 | 10,00 | 0,5 | 0,2 | 10,2 | 83 | 3.1.1III |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 40 | 4,00 | 3,36 | 0,36 | 28 | 100 | 12.1.2III |
| Хлеб ржаной | 40 | 5,00 | 3,25 | 0,7 | 29,33 | 114,7 | 6.24 |
| Стоймость обеда в день | | 92,64 | 31,51 | 25,13 | 124,38 | 842,1 | |
| Стоймость питания в день | | 177,11 | 46,56 | 38,81 | 218,62 | 1376,50 | |

Повар - бригадир

Мах

Бухгалтер

ЗГ

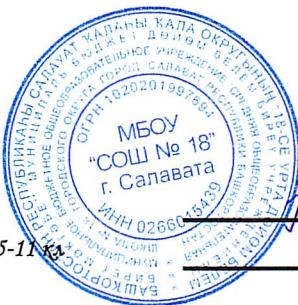
ООО "Общепит"
МБОУ СОШ № 18

СОГЛАСОВАНО

Директор

" 15 " января 2026 г.

Категория ФС, ММС, МС, СОП с 5-11 классами



МЕНЮ " 15 " января 2026 г.

| Наименование | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. ценность | № Рецепт. |
|---|-------|-------|-------|-------|----------|-----------------|-----------|
| Завтрак: | | | | | | | |
| Каша молочная вязкая овсяная "Теркулес" | 210 | 40,47 | 8 | 10 | 3,5 | 264 | 9.9.1III |
| Фрукты свежие (яблочки) | 90 | 27,00 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 61,4 | 7.13.1III |
| Кофеинный напиток на молоке | 200 | 12,00 | 3,2 | 2,8 | 18,5 | 109 | 3.31.1III |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 50 | 5,00 | 3,33 | 0,36 | 28 | 100 | 12.1.2III |
| Стоимость завтрака | | 84,47 | 15,05 | 13,68 | 94,24 | 534,40 | |

Повар - бригадир

Марк

Бухгалтер

Ж

ООО "Общепит"
МБОУ СОШ № 18



СОГЛАСОВАНО

Директор

Ки З.Р. Тареево

" 15 " января 2026 г.

Категория питающихся с пищевой аллергией на молочную
продукцию с 1-4 кз.

МЕНЮ " 15 " января 2026 г.

| Наименование | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. ценность | № Рецепт. |
|---|-------|--------|-------|-------|----------|-----------------|-----------|
| Завтрак: | | | | | | | |
| Каша овсяная "Теркулес" (на воде с маслом растит) | 185 | 47,96 | 7,2 | 9 | 31,5 | 238 | 5.15 |
| Фрукты свежие (яблоко) | 130 | 20,00 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 61,4 | 1.27 |
| Чай с сахаром | 200 | 6,00 | 0,1 | 0,02 | 9,1 | 35 | 7,5 |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 30 | 3,00 | 2,5 | 0,27 | 21 | 75 | 6.23 |
| Стоймость завтрака | | 76,96 | 10,32 | 9,81 | 74,34 | 409,40 | |
| Обед: | | | | | | | |
| Ци из свежей капусты с картофел (без сметаны) | 200 | 18,00 | 8,2 | 6,4 | 7 | 121 | Птк№25 |
| Пфетели из говядины с рисом с соусом | 90 | 55,00 | 6,9 | 9,75 | 8 | 147,8 | 3.8 |
| Макаронные изделия отварные с маслом растит | 150 | 14,00 | 5,5 | 3,9 | 32,8 | 191,6 | 4.8 |
| Чай витаминизированный | 200 | 10,00 | 0,5 | 0,2 | 10,2 | 83 | 3.1.1ш |
| Хлеб пшеничн. в/с с вит-минер. смесью "Валетек-8" | 30 | 3,00 | 2,5 | 0,27 | 21 | 75 | 6.23 |
| Хлеб рожной | 30 | 3,00 | 2,44 | 0,5 | 22 | 86 | 6.24 |
| Стоймость обеда | | 103,00 | 26,04 | 21,02 | 101,00 | 704,40 | |
| Стоймость питания в день | | 179,96 | 36,36 | 30,83 | 175,34 | 1113,80 | |

Повар - бригадир

Магж

Бухгалтер

Ж/