

ООО "Аркада"
МАОУ СОШ №79
МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
на 20.01.2026

Пищевые в-ва			Ккал.	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Бел.	Жир.	Угл.					
Комплекс 5-11 класс 1 смена (род.плата)							
Завтрак							
14,83	3,49	10,42	131,14		Биточки рыбные(паровые) из филе минтая с отрубями	100	62-72
3,78	6,72	24,21	178,07		Пюре картофельное	180	42-05
0,25	3,1	0,63	31,36		Огурчик пикантный(поджарнировка)	35/3	17-77
0,11		15,18	58,28		Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	6-14
					Маффины	50	42-00
2,4	0,3	13,95	69		Хлеб ржаной	30	3-08
2,4	0,3	14,4	72		Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3-18
23,77	13,91	78,79	539,85	Итого за	Комплекс 5-11 класс 1 смена (род.плата)		176-94
Комплекс суп 1-11 классы							
4,77	8,57	7,7	127,1		Щи по-уральски с крупой на мясном бульоне со сметаной	250/10	47-30
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	2-05
2	0,25	12	60		Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2-65
8,37	9,02	29	233,1	Итого за	Комплекс суп 1-11 классы		52-00
Комплекс 1-4 класс 1 смена							
Завтрак							
10,38	2,44	7,3	91,8		Биточки рыбные(паровые) из филе минтая с отрубями	70	43-95
3,15	5,6	20,18	148,4		Пюре картофельное	150	35-04
0,14	2	0,36	19,98		Огурчик пикантный(поджарнировка)	20/2	10-25
1,87	1,6	24,05	119,92		Кофейный напиток с молоком	200	13-05
					Маффины	50	42-00
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	2-05
2,4	0,3	14,4	72		Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3-18
19,54	12,14	75,59	498,1	Итого за	Комплекс 1-4 класс 1 смена		149-52
Комплекс 1-4 класс 2 смена							
Обед							
0,32	4,99	0,81	49,44		Огурчик пикантный 55/5	55/5	27-95
4,77	8,57	7,7	127,1		Щи по-уральски с крупой на мясном бульоне со сметаной	250/10	47-54
20,04	7,33	0,18	148,78		Рыба (минтай) запеченная с сыром	100	89-41
3,15	5,6	20,18	148,4		Пюре картофельное	150	35-04
0,25	0,04	26,82	102,49		Напиток "Здоровье"	200	17-00
2,4	0,3	13,95	69		Хлеб ржаной	30	3-08
3,2	0,4	19,2	96		Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4-25
34,13	27,23	88,84	741,21	Итого за	Комплекс 1-4 класс 2 смена		224-27
Комплекс 5-11 классы 1 смена (субсидия)							
Завтрак							
14,83	3,49	10,42	131,14		Биточки рыбные(паровые) из филе минтая с отрубями	100	62-72
3,78	6,72	24,21	178,07		Пюре картофельное	180	42-05
0,25	3,1	0,63	31,36		Огурчик пикантный(поджарнировка)	35/3	17-77
0,11		15,18	58,28		Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	6-14
					Маффины	50	42-00
2,4	0,3	13,95	69		Хлеб ржаной	30	3-08
2,4	0,3	14,4	72		Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3-18
23,77	13,91	78,79	539,85	Итого за	Комплекс 5-11 классы 1 смена (субсидия)		176-94
Комплекс 5-11 классы 2 смена (субсидия)							
Обед							
4,77	8,57	7,7	127,1		Щи по-уральски с крупой на мясном бульоне со сметаной	250/10	47-54
20,04	7,33	0,18	148,78		Рыба (минтай) запеченная с сыром	100	86-30
3,78	6,72	24,21	178,07		Пюре картофельное	180	42-05
0,25	0,04	26,82	102,49		Напиток "Здоровье"	200	17-00
18,04	17,35	31,15	348,8		Хачапури имеретинские	100	68-34
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	2-05
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2-12
50,08	40,41	####	999,24	Итого за	Комплекс 5-11 классы 2 смена (субсидия)		265-40
Комплекс 1-4 класс 2-х разовое							
Завтрак							
10,38	2,44	7,3	91,8		Биточки рыбные(паровые) из филе минтая с отрубями	70	44-04
3,15	5,6	20,18	148,4		Пюре картофельное	150	35-04
0,14	2	0,36	19,98		Огурчик пикантный(поджарнировка)	20/2	10-25
1,87	1,6	24,05	119,92		Кофейный напиток с молоком	200	13-05
					Маффины	50	42-00
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	2-05
2,4	0,3	14,4	72		Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3-18
Обед							

4,77	8,57	7,7	127,1		Щи по-уральски с крупой на мясном бульоне со сметаной	250/10	47-54
16,57	13,9	3,73	209,43		Гуляш из говядины	60/50	134-68
5,63	4,89	36,44	212,33		Макаронные изделия отварные	150	17-63
0,25	0,04	26,82	102,49		Напиток "Здоровье"	200	17-00
2,4	0,3	13,95	69		Хлеб ржаной	30	3-08
3,2	0,4	19,2	96		Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4-25
52,36	40,24	#####	1 314,45	Итого за	Комплекс 1-4 класс 2-х разовое		373-79
<u>Комплекс 5-11 классы 2-х разовое</u>							
<u>Завтрак</u>							
14,83	3,49	10,42	131,14		Биточки рыбные(паровые) из филе минтая с отрубями	100	62-92
3,78	6,72	24,21	178,07		Пюре картофельное	180	42-05
0,25	3,1	0,63	31,36		Огурчик пикантный(подгариновка)	35/3	17-77
1,87	1,6	24,05	119,92		Кофейный напиток с молоком	200	13-05
					Маффины	50	42-00
2,4	0,3	13,95	69		Хлеб ржаной	30	3-08
2,4	0,3	14,4	72		Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3-18
<u>Обед</u>							
4,77	8,57	7,7	127,1		Щи по-уральски с крупой на мясном бульоне со сметаной	250/10	47-54
20,68	21,3	3,7	293,31		Гуляш из говядины	75/50	168-42
6,75	5,87	43,74	254,86		Макаронные изделия отварные	180	21-16
0,25	0,04	26,82	102,49		Напиток "Здоровье"	200	17-00
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	2-05
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2-12
61,18	51,69	#####	1 473,25	Итого за	Комплекс 5-11 классы 2-х разовое		442-34
<u>Комплекс продленка (обед)</u>							
<u>Обед</u>							
4,77	8,57	7,7	127,1		Щи по-уральски с крупой на мясном бульоне со сметаной	250/10	47-54
13,88	14,5	3,7	203,33		Гуляш из говядины	50/50	113-13
5,63	4,89	36,44	212,33		Макаронные изделия отварные	150	17-63
0,25	0,04	26,82	102,49		Напиток "Здоровье"	200	17-00
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	2-05
2	0,25	12	60		Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2-65
28,13	28,45	95,96	751,25	Итого за	Комплекс продленка (обед)		200-00
<u>Комплекс продленка (полдник)</u>							
<u>Полдник</u>							
1,1	0,06	20,92	121,2		Компот из смеси сухофруктов	200	5-59
12,47	11,83	45,11	326,99		Пирожок печеный с мясом,рисом	100	54-41
13,57	11,89	66,03	448,19	Итого за	Комплекс продленка (полдник)		60-00
<u>Комплекс 5-11 класс 2 смена (род.плата)</u>							
<u>Обед</u>							
4,77	8,57	7,7	127,1		Щи по-уральски с крупой на мясном бульоне со сметаной	250/10	47-54
20,04	7,33	0,18	148,78		Рыба (минтай) запеченная с сыром	100	86-30
3,78	6,72	24,21	178,07		Пюре картофельное	180	42-05
0,25	0,04	26,82	102,49		Напиток "Здоровье"	200	17-00
18,04	17,35	31,15	348,8		Хачапури имеретинские	100	68-34
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	2-05
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2-12
50,08	40,41	#####	999,24	Итого за	Комплекс 5-11 класс 2 смена (род.плата)		265-40
<u>Комплекс 5-11 класс 2 смена род.плата (доп)</u>							
<u>Обед</u>							
20,04	7,33	0,18	148,78		Рыба (минтай) запеченная с сыром	100	83-89
3,78	6,72	24,21	178,07		Пюре картофельное	180	42-05
0,25	0,04	26,82	102,49		Напиток "Здоровье"	200	17-00
18,04	17,35	31,15	348,8		Хачапури имеретинские	100	68-34
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2-12
43,71	31,64	91,96	826,14	Итого за	Комплекс 5-11 класс 2 смена род.плата (доп)		213-40

Данное меню подписано электронно-цифровой подписью сторонами с использованием программы АИС "Питание".