

ООО "Аркада"
МАОУ СОШ №79
МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
на 26.01.2026

Пищевые в-ва			Ккал.	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Бел.	Жир.	Угл.					
Комплекс 5-11 класс 1 смена (род.плата)							
Завтрак							
5,95	13	12,73	192,95		Бутерброд с маслом,сыром	10/15/25	44-33
20,07	12,81	4,41	215,47		Индейка тушеная	70/50	91-41
4,88	4,62	45,7	242,29		Рис по турецки с вермишелью	180	17-99
0,18	2	0,45	20,48		Огурчик пикантный(подгарнировка)	25/2	12-57
0,11		15,18	58,28		Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	6-14
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-80
2,4	0,3	14,4	72		Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2-70
35,19	32,93	#####	847,47	Итого за	Комплекс 5-11 класс 1 смена (род.плата)		176-94
Комплекс суп 1-11 классы							
Обед							
7,5	7,97	9,29	141,08		Щи из свежей капусты с картофелем, мясом,сметаной	250/20/10	52-00
7,5	7,97	9,29	141,08	Итого за	Комплекс суп 1-11 классы		52-00
Комплекс 1-4 класс 1 смена							
Завтрак							
4,86	11,98	13,88	184,65		Бутерброд с маслом,сыром(батон)	10/10/25	38-10
13,27	18,25	48,55	403,73		Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" на молоке	250/10	60-57
4	3,68	25,8	148,12		Какао с молоком	200	28-08
0,48		13,56	55,2		Фрукты свежие (яблоко)	120	18-72
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-80
2	0,25	12	60		Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2-25
26,21	34,36	#####	897,7	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
4,78	6,05	9,29	112,28		Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	38-47
20,07	12,81	4,41	215,47		Индейка тушеная	70/50	91-53
4,06	3,85	38,08	201,91		Рис по турецки с вермишелью	150	14-99
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	30-12
0,44		12,43	50,6		Фрукты свежие (яблоко)	110	17-16
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-80
2	0,25	12	60		Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2-25
33,59	28,23	113,2	839,21	Итого за	Комплекс 1-4 класс 2 смена		224-27
Комплекс 5-11 классы 1 смена (субсидия)							
Завтрак							
5,95	13	12,73	192,95		Бутерброд с маслом,сыром	10/15/25	44-33
20,07	12,81	4,41	215,47		Индейка тушеная	70/50	91-41
4,88	4,62	45,7	242,29		Рис по турецки с вермишелью	180	17-99
0,18	2	0,45	20,48		Огурчик пикантный(подгарнировка)	25/2	12-57
0,11		15,18	58,28		Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	6-14
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-80
2,4	0,3	14,4	72		Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2-70
35,19	32,93	#####	847,47	Итого за	Комплекс 5-11 классы 1 смена (субсидия)		176-94
Комплекс 5-11 классы 2 смена (субсидия)							
Обед							
0,67		2,39	12,23		Овощи свежие в нарезке с зеленью (огурец, помидор)	100	44-75
4,78	6,05	9,29	112,28		Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	38-47
28,32	15,28	4,41	271,16		Индейка тушеная	100/50	127-77
4,88	4,62	45,7	242,29		Рис по турецки с вермишелью	180	17-99
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	30-12
2,4	0,3	13,95	69		Хлеб ржаной	30	2-70
3,2	0,4	19,2	96		Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3-60
44,57	26,73	#####	906,47	Итого за	Комплекс 5-11 классы 2 смена (субсидия)		265-40
Комплекс 1-4 класс 2-х разовое							
Завтрак							
4,86	11,98	13,88	184,65		Бутерброд с маслом,сыром(батон)	10/10/25	38-10
13,27	18,25	48,55	403,73		Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" на молоке	250/10	60-59
4	3,68	25,8	148,12		Какао с молоком	200	28-08
0,48		13,56	55,2		Фрукты свежие (яблоко)	120	18-72
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-80
2	0,25	12	60		Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2-25
Обед							
0,67	9,99	1,7	99,33		Салат из свежих огурцов с льняным маслом,зеленью	100	47-96

4,78	6,05	9,29	112,28		Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	38-47
20,07	12,81	4,41	215,47		Индейка тушеная	70/50	88-66
4,06	3,85	38,08	201,91		Рис по турецки с вермишелью	150	14-99
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	30-12
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-80
2	0,25	12	60		Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2-25
59,71	67,59	#####	1 736,2		Итого за Комплекс 1-4 класс 2-х разовое		373-79
<u>Комплекс 5-11 классы 2-х разовое</u>							
<u>Завтрак</u>							
4,86	11,98	13,88	184,65		Бутерброд с маслом,сыром(батон)	10/10/25	38-10
13,27	18,25	48,55	403,73		Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" на молоке	250/10	60-59
4	3,68	25,8	148,12		Какао с молоком	200	28-08
0,48		13,56	55,2		Фрукты свежие (яблоко)	120	18-72
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-80
2	0,25	12	60		Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2-25
<u>Обед</u>							
0,67		2,39	12,23		Овощи свежие в нарезке с зеленью (огурец, помидор)	100	44-75
4,78	6,05	9,29	112,28		Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	38-47
28,32	15,28	4,41	271,16		Индейка тушеная	100/50	126-85
4,88	4,62	45,7	242,29		Рис по турецки с вермишелью	180	17-99
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	30-12
10,45	11,94	32,41	272,14		Булочка бутербродная	75	31-02
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-80
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1-80
78,83	72,73	#####	2 005,31		Итого за Комплекс 5-11 классы 2-х разовое		442-34
<u>Комплекс продленка (обед)</u>							
<u>Обед</u>							
0,29	4,57	0,74	45,32		Огурчик пикантный 55/5	50/5	25-63
4,78	6,05	9,29	112,28		Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	38-47
20,07	12,81	4,41	215,47		Индейка тушеная	70/50	87-19
4,06	3,85	38,08	201,91		Рис по турецки с вермишелью	150	14-99
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	30-12
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-80
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1-80
32,72	27,76	98,3	772,49		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	5-91
13,6	7,05	27,98	229,24		Пицца с курицей	100	54-09
14,7	7,11	48,9	350,44		Итого за Комплекс продленка (полдник)		60-00
<u>Комплекс 5-11 класс 2 смена (род.плата)</u>							
<u>Обед</u>							
0,67		2,39	12,23		Овощи свежие в нарезке с зеленью (огурец, помидор)	100	44-75
4,78	6,05	9,29	112,28		Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	250/10	38-47
28,32	15,28	4,41	271,16		Индейка тушеная	100/50	127-77
4,88	4,62	45,7	242,29		Рис по турецки с вермишелью	180	17-99
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	30-12
2,4	0,3	13,95	69		Хлеб ржаной	30	2-70
3,2	0,4	19,2	96		Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3-60
44,57	26,73	#####	906,47		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>							
0,67		2,39	12,23		Овощи свежие в нарезке с зеленью (огурец, помидор)	100	44-75
20,07	12,81	4,41	215,47		Индейка тушеная	70/50	85-92
4,88	4,62	45,7	242,29		Рис по турецки с вермишелью	180	17-99
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	30-12
10,45	11,94	32,41	272,14		Булочка бутербродная	75	31-02
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-80
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1-80
39,59	29,85	#####	939,64		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".