

ООО "Аркада"
МАОУ СОШ №79
МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
на 29.01.2026

Пищевые в-ва			Ккал.	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Бел.	Жир.	Угл.					
Комплекс 5-11 класс 1 смена (род.плата)							
Завтрак							
16,57	13,9	3,73	209,43		Гуляш из говядины	60/50	134-49
6,57	3,12	40	203,92		Булгур с овощами	180	24-67
0,14	2	0,36	19,98		Огурчик пикантный(подгарнировка)	20/2	10-25
0,05		14,93	56,11		Чай с сахаром	200/15	3-03
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
27,33	19,52	82,72	607,44		Итого за Комплекс 5-11 класс 1 смена (род.плата)		176-94
Комплекс суп 1-11 классы							
Завтрак							
6,63	2,87	17,63	128,24		Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	250	45-70
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
12,23	3,57	50,78	293,24		Итого за Комплекс суп 1-11 классы		52-00
Комплекс 1-4 класс 1 смена							
Завтрак							
14,53	10,5	18,18	224,03		Запеканка из творога со сгущенным молоком	80/10	74-68
10,8	16	51,59	384,41		Каша янтарная (из пшена с яблоками)	250	66-86
0,05		14,93	56,11		Чай с сахаром	200/15	3-03
2	0,25	11,63	57,5		Хлеб ржаной	25	2-25
2,4	0,3	14,4	72		Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2-70
29,78	27,05	#####	794,05		Итого за Комплекс 1-4 класс 1 смена		149-52
Комплекс 1-4 класс 2 смена							
Обед							
0,36	5,99	1,74	62,33		Помидор пикантный	60/6	27-33
6,63	2,87	17,63	128,24		Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	250	27-80
16,57	13,9	3,73	209,43		Гуляш из говядины	60/50	134-66
5,47	2,6	33,33	169,93		Булгур с овощами	150	20-55
1,1		33,08	129,2		Компот из кураги	200	9-88
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-80
2	0,25	12	60		Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2-25
33,73	25,81	#####	805,13		Итого за Комплекс 1-4 класс 2 смена		224-27
Комплекс 5-11 классы 1 смена (субсидия)							
Завтрак							
16,57	13,9	3,73	209,43		Гуляш из говядины	60/50	134-49
6,57	3,12	40	203,92		Булгур с овощами	180	24-67
0,14	2	0,36	19,98		Огурчик пикантный(подгарнировка)	20/2	10-25
0,05		14,93	56,11		Чай с сахаром	200/15	3-03
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
27,33	19,52	82,72	607,44		Итого за Комплекс 5-11 классы 1 смена (субсидия)		176-94
Комплекс 5-11 классы 2 смена (субсидия)							
Обед							
0,65		2,35	12		Овощи свежие (в нарезке)	100	32-75
6,63	2,87	17,63	128,24		Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	250	27-80
16,57	13,9	3,73	209,43		Гуляш из говядины	60/50	129-08
6,57	3,12	40	203,92		Булгур с овощами	180	20-29
1,1		33,08	129,2		Компот из кураги	200	9-88
					Маффины	50	42-00
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
34,72	20,29	#####	776,79		Итого за Комплекс 5-11 классы 2 смена (субсидия)		265-40
Комплекс 1-4 класс 2-х разовое							
Завтрак							
14,53	10,5	18,18	224,03		Запеканка из творога со сгущенным молоком	80/10	74-87
10,8	16	51,59	384,41		Каша янтарная (из пшена с яблоками)	250	66-86
0,05		14,93	56,11		Чай с сахаром	200/15	3-03
2	0,25	11,63	57,5		Хлеб ржаной	25	2-25
2,4	0,3	14,4	72		Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2-70
Обед							
0,36	5,99	1,74	62,33		Помидор пикантный	60/6	27-33
6,63	2,87	17,63	128,24		Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	250	27-80
16,57	13,9	3,73	209,43		Гуляш из говядины	60/50	134-47
5,47	2,6	33,33	169,93		Булгур с овощами	150	20-55
1,1		33,08	129,2		Компот из кураги	200	9-88

1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-80
2	0,25	12	60		Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2-25
63,51	52,86	#####	1 599,18		Итого за Комплекс 1-4 класс 2-х разовое		373-79
<u>Комплекс 5-11 классы 2-х разовое</u>							
<u>Завтрак</u>							
19,69	14,12	22,8	295,77		Запеканка из творога со сгущенным молоком	110/10	100-83
10,8	16	51,59	384,41		Каша янтарная (из пшена с яблоками)	250	66-86
0,05		14,93	56,11		Чай с сахаром	200/15	3-03
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
<u>Обед</u>							
0,65		2,35	12		Овощи свежие (в нарезке)	100	32-75
6,63	2,87	17,63	128,24		Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	250	27-82
16,57	13,9	3,73	209,43		Гуляш из говядины	60/50	131-68
6,57	3,12	40	203,92		Булгур с овощами	180	20-29
1,1		33,08	129,2		Компот из кураги	200	9-88
					Маффины	50	42-00
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
68,46	50,81	#####	1 607,08		Итого за Комплекс 5-11 классы 2-х разовое		442-34
<u>Комплекс продленка (обед)</u>							
<u>Обед</u>							
6,63	2,87	17,63	128,24		Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	250	27-80
16,57	13,9	3,73	209,43		Гуляш из говядины	60/50	134-05
6,57	3,12	40	203,92		Булгур с овощами	180	24-67
1,1		33,08	129,2		Компот из кураги	200	9-88
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
34,07	20,29	#####	764,79		Итого за Комплекс продленка (обед)		200-00
<u>Комплекс продленка (полдник)</u>							
<u>Полдник</u>							
0,63		18,95	75,35		Напиток из плодов шиповника	200	6-13
7,5	17,39	62,5	422		Булочка с корицей	100	53-87
8,13	17,39	81,45	497,35		Итого за Комплекс продленка (полдник)		60-00
<u>Комплекс 5-11 класс 2 смена (род.плата)</u>							
<u>Обед</u>							
0,65		2,35	12		Овощи свежие (в нарезке)	100	32-75
6,63	2,87	17,63	128,24		Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	250	27-80
16,57	13,9	3,73	209,43		Гуляш из говядины	60/50	129-08
6,57	3,12	40	203,92		Булгур с овощами	180	20-29
1,1		33,08	129,2		Компот из кураги	200	9-88
					Маффины	50	42-00
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
34,72	20,29	#####	776,79		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>							
0,65		2,35	12		Овощи свежие (в нарезке)	100	32-75
13,88	14,5	3,7	203,33		Гуляш из говядины	50/50	104-88
6,57	3,12	40	203,92		Булгур с овощами	180	20-29
1,1		33,08	129,2		Компот из кураги	200	9-88
					Маффины	50	42-00
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
25,4	18,02	98,03	642,45		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".